

Fundació
Bona
Llum



ftalmedic

magazin 27

Otoño-Invierno 2018

Ejemplar gratuito

Cuida su salud ocular

EN ESTE NÚMERO PODRÁS DESCUBRIR... NUESTRO INVITADO: TOMEU CATALÀ • LENTES DE CONTACTO • OBJETIVO CUMPLIDO: DISPENSARIO MÉDICO PARA 'EL MILAGRO' • DERMATOLOGÍA: ALOPECIA, LA IMPORTANCIA DEL DIAGNÓSTICO • PSICOLOGÍA: SMARTPHONES Y LA GESTIÓN DE LAS EMOCIONES • ENTREVISTA: JAVIER SANZ, PRESIDENTE DEL REAL CLUB NÁUTICO DE PALMA • HISTORIAS CON LUZ: LUIS FRANCISCO LADARIA • RESOL'VEMOS' TUS DUDAS: OFTALMOLOGÍA PEDIÁTRICA

SUMARIO

03

EDITORIAL

De bien en mejor

04

NUESTRO INVITADO

Tomeu Català Barceló

Presidente Projecte Home Balears

06

AL DÍA OFTALMOLOGÍA

Lentes de contacto

Alta miopía o miopía magna

Retinosis pigmentaria

14

AL DÍA LA FUNDACIÓN

Dispensario médico para 'El Milagro', Perú

Repartiendo miradas: La Mirada Local

18

COLABORADORES

LASERCLINIC

Dermatología: Alopecia

Psicología: Smartphones y la gestión de las emociones

22

COLABORADORES

Red Asistencial Juaneda, Óptica Alfonso, Sanitas, Federópticos Novolent

28

DESDE OTRO PUNTO DE VISTA

Dr. Scott Anderson García

Oftalmólogo de Oftalmedic Salvà

Jove Orquestra de les Illes Balears

30

CON VISTA AL FUTURO

El tratamiento personalizado para despedirse de gafas y lentillas

32

ENTREVISTA

Javier Sanz

Presidente Real Club Náutico de Palma

34

HISTORIAS CON LUZ

S.E.R. Luis Francisco Ladaria Ferrer

36

ES NOTICIA

44

RESOL'VEMOS' TUS DUDAS

Dra. Begoña Andériz Pernaut

Oftalmóloga de Oftalmedic Salvà

46

CONSEJOS: PRESUME DE SALUD VISUAL

Consejo de redacción

Directora: Inés Barrado Conde

Colaboradores: Laserclinic. Federópticos Novolent. Óptica Alfonso. Red Asistencial Juaneda. Sanitas.

Maquetación: Jaume Bennàssar Orell. **Impresión:** Gráficas Loyse

Depósito legal: PM-1535-2009

Edición: Fundació Bona Llum Oftalmedic

NÚMERO 27

‘De bien en mejor’

Parece que fue ayer, pero ya han transcurrido 30 años desde que el Dr. Luis Salvà Ladaria fundara Oftalmedic Salvà. Los que le conocemos bien sabemos cuál fue su motivación: la pasión por la Medicina y, en particular, por la Oftalmología.

A lo largo de este tiempo, hemos pasado de ser una pequeña consulta situada en la Clínica Juaneda (Centro Ocular Oftalmedic), a convertirnos en toda una red de Centros Oftalmológicos, con entidad propia y presente en los principales municipios de la isla. Y en el año 2012 nació la Clínica Salvà, sede del actual grupo Oftalmedic Salvà.

De forma paralela a esta consolidación, la Oftalmología ha ido viviendo un desarrollo exponencial que la sitúa como una de las especialidades médicas que más ha evolucionado en los últimos años. A ello han contribuido, sin duda, los importantes avances tecnológicos y la innovación en los tratamientos farmacológicos.

A medida que la Oftalmología actual ha superado desafíos inimaginables, haciendo posible el tratamiento de patologías oculares que no tenían cura hace unos años (¡una ‘simple’ catarata era causa de ceguera!), en Oftalmedic Salvà hemos trabajado duro para ofrecer la mejor respuesta al reto del tratamiento integral de la visión.

Nuestra apuesta ha sido clara en este sentido. En primer lugar, no hemos dudado en incorporar a nuestra práctica profesional las tecnologías de vanguardia que nos permiten avanzar hacia la excelencia quirúrgica, que entendemos en términos de seguridad, precisión y eficacia. Por otra parte, hemos construido un equipo

sólido de profesionales en las diferentes subespecialidades oftalmológicas y de optometría.

Nos sentimos orgullosos de poder decir que estos esfuerzos por mejorar día a día se están viendo reconocidos. En 2017 conseguimos la Acreditación ISO 9001:2015, que certifica nuestro Sistema de Gestión de Calidad, convirtiéndonos en el primer centro oftalmológico de las Islas Baleares en obtenerla.

Además, a principios de este año, el Ministerio de Economía y Competitividad nos ha otorgado el sello de Empresa Innovadora Acreditada por el trabajo que hemos desarrollado durante todo este tiempo en el ámbito de la innovación científica y tecnológica.

Todo esto pone de relieve el fuerte compromiso que sentimos en Oftalmedic Salvà con la excelencia en el trato a nuestros pacientes y en el servicio que ofrecemos así como con la mejora continua, siempre de la mano del avance tecnológico basado en la más probada evidencia científica. Porque, a pesar de que han pasado ya tres décadas desde que iniciamos nuestra andadura, nuestro objetivo sigue siendo el mismo que el primer día: ir ‘de bien en mejor’.



Elena Palomeque Castaño

Presidenta Fundació Bona Llum Oftalmedic
y Gerencia Oftalmedic Salvà



NUESTRO INVITADO

TOMEU CATALÀ BARCELÓ

PRESIDENTE PROJECTE HOME BALEARNS

Projecte Home Balears:compromiso solidario y profesional con el ciudadano

A pesar de que la adicción, ya sea a sustancias, doctrinas, conductas, etc. conduce a la persona a una perturbación psíquica que puede desembocar en su autodestrucción como individuo y como ser social, existe en Projecte Home Balears el profundo convencimiento de que cualquier persona que la padezca es capaz de afrontarla.

Con este espíritu totalmente humanista, donde lo realmente importante es la persona, nace Projecte Home Balears, con el objetivo de prevenir, tratar, e investigar el fenómeno de las adicciones, además de formar a profesionales capaces de abordar la problemática de manera eficiente.

Constituido como ONG atiende a todas aquellas personas que demandan ayuda, sin ningún tipo de discriminación.

Projecte Home Balears está formado por tres Fundaciones que le dan apoyo, tanto económico como técnico, con el fin de poder llevar a cabo su importante labor social (Fundació Projecte Home Balears, Fundació Projecte Jove y Fundació Nous Vents).

Desde que en 1985 empezase a gestarse Projecte Home Balears, los valores de disponibilidad, responsabilidad, voluntariedad, solidaridad y profesionalidad regían y rigen nuestra filosofía de trabajo diario.

Actualmente disponemos de 26 dispositivos terapéuticos en Mallorca, Menorca e Ibiza adaptados a los diferentes perfiles y características de las personas que nos plantean sus problemas, estando atentos para intentar dar siempre la mejor respuesta posible a las demandas que la sociedad nos ha ido requiriendo en el campo de las conductas adictivas.



¿Qué hacemos en Projecte Home Balears?

A lo largo de estos 31 años el fenómeno de las adicciones y otras conductas relacionadas ha evolucionado mucho. Han aparecido nuevas tipologías de consumidores y nuevos patrones de consumo. Se han investigado y estudiado las mejores pautas de intervención y Projecte Home no se ha mantenido ajeno a todo ello.

Intervención Terapéutica

Desde nuestros inicios hemos atendido a más de 11.600 personas diferentes en nuestros programas educativo-terapéuticos (y a más de 32.200 familiares). Una de cada cuatro personas que empiezan consigue finalizar su programa y recibir el alta.

Los programas existentes en Projecte Home Balears buscan que personas en riesgo de exclusión social recuperen el protagonismo de su propia vida y una adecuada inserción socio laboral, siempre desde la consideración positiva de la persona y al respeto a la libertad individual.

Todos los programas están basados en un enfoque bio-psicosocial e implican la participación activa en el proceso de rehabilitación de la persona usuaria, los profesionales y su entorno socio-familiar.

Anualmente atendemos alrededor de 1.300 personas y a 3.200 familiares.

Prevención

El tratamiento de las adicciones es nuestra principal razón de ser, al igual que desarrollar programas de prevención en escuelas, empresas, asociaciones y otros colectivos. Más de 150.000 jóvenes, profesores y empresarios se han beneficiado de nuestra acción preventiva en estos últimos años.

En el marco del convenio firmado en junio de 2016 entre Projecte Home Balears y la Fundació Bona Llum Oftalmedic, se inició una colaboración a través de la cual la Fundació se comprometió a prestar atención oftalmológica o, en su caso, a facilitar las gafas graduadas que se pudieran prescribir, a las personas usuarias de Projecte Home que no dispongan de cobertura médica y/o recursos económicos.

31 años de compromiso social dando respuesta a la problemática de las adicciones avalan la experiencia de nuestra entidad, siempre ofreciendo alternativas para mejorar la calidad de vida de todas aquellas personas y familiares que nos han solicitado ayuda.

AL DÍA OFTALMOLOGÍA

Todo lo que necesitas saber sobre las lentes de contacto

EL EQUIPO DE OPTOMETRÍA DE OFTALMEDIC SALVÀ OFRECE LAS CLAVES PARA HACER UN USO ADECUADO DE LAS LENTILLAS

Las lentes de contacto son un sistema de corrección óptico, que supone una alternativa al uso de gafas. Son lentes finas y curvadas, que se colocan sobre la película lagrimal que cubre la superficie ocular y le aportan al ojo la potencia dióptrica oportuna, con tal de compensar la mala visión provocada por un defecto de refracción.

Muchas personas escogen esta opción por motivos estéticos, pero también por motivos prácticos, de acuerdo a los especialistas en Optometría de Oftalmedic Salvà. Y es que, en el caso de los deportistas, por ejemplo, las gafas pueden constituir todo un inconveniente.

¿Qué solucionan las lentes de contacto?

Las lentillas sirven para corregir los defectos refractivos o ametropías, que son alteraciones oculares que impiden el correcto enfoque de las imágenes en la retina. Es el caso de la miopía, la hipermetropía, el astigmatismo y la vista cansada.

Son una alternativa al uso de gafas, las cuales, en ocasiones, pueden generar incomodidad o incompatibilidades, sobre todo en el caso de las personas que practican deporte o que se dedican a trabajos que requieran de movimientos físicos pesados o reiterados.

Ventajas

Las lentillas o lentes de contacto tienen toda una serie de ventajas con respecto a las gafas. Estas son, entre otras:

- Ofrecen comodidad y amplitud de visión, ya que abarcan todo el campo de visión que permite el ojo, al contrario que las gafas.
- No se empañan a causa del calor o del vapor del agua ni generan sudor.
- Aportan mayor libertad de movimiento,

Las lentillas son una alternativa al uso de gafas, las cuales pueden generar incomodidad o incompatibilidades



evitando que se caigan las gafas, se descoloquen o se rompan. Esto es especialmente positivo para aquellos que practican deporte o trabajos físicos pesados.

Además, existen varios tipos de lentillas a escoger en función de las necesidades y la situación de cada persona. Para saber el tipo de lentilla más adecuado en cada caso, deberá realizarse una consulta con un especialista.

Tipos de lentes de contacto

Existen diversos tipos de lentillas graduadas:

- Las **desechables**, o de uso diario.
- Las **reutilizables**, generalmente mensuales.
- Las de **uso prolongado**, diseñadas para llevarlas de forma continua, incluso por la noche, durante un determinado número de semanas.
- Las lentes de contacto **rígidas permeables** a los gases están indicadas para corregir problemas visuales específicos. Son más pequeñas y consistentes que las blandas, y se pueden usar durante un periodo que suele oscilar entre los seis meses y los dos años.
 - Las **híbridas**, que combinan una zona blanda con una rígida, se utilizan en casos concretos como en pacientes con queratocono.
 - Las lentillas **bifocales**, como ocurre con



AL DÍA OFTALMOLOGÍA

Estas, así como las bifocales, son idóneas para personas con presbicia o vista cansada, que requieran una buena visión de lejos y de cerca.

- Las lentes de contacto de **monovisión**, que solo corrigen la visión a una distancia.

Actualmente, el objetivo de las lentes de contacto no es únicamente el de corregir la visión. Además de las lentes graduadas, también existen lentes sin graduación destinadas a fines estéticos, como cambiar el color de nuestros ojos.

Sin embargo, todas las lentes de contacto son productos sanitarios regulados por la FDA de EE.UU., y deben ser prescritas por un experto. Tal como afirma el equipo de Optometría de Oftalmedic Salvà, será el especialista del cuidado de la visión quien encontrará las lentes de contacto más adecuadas para cada caso particular, teniendo en cuenta el estilo de vida y las preferencias de cada paciente.

las gafas progresivas, incluyen dos graduaciones en la misma lente: una para la visión de lejos y otra para la visión de cerca.

- Las lentillas **multifocales** cuentan con un espectro de potencias en cada lente que permite ver bien a todas las distancias.

¡Ojo! Precauciones para el uso de lentillas

Es fundamental mantener una buena higiene antes y después de manipular o usar las lentillas. La falta de limpieza, tanto de las lentes y de su estuche como de las propias manos, puede llegar a causar infecciones o inflamaciones oculares.

Además, es importante respetar el tiempo máximo de uso recomendado por el fabricante. Un uso excesivo de las lentes de contacto podría causar problemas como infecciones, úlceras superficiales, sequedad ocular, e incluso intolerancia a las mismas lentillas.

Hay que evitar su uso en ambientes con mucho polvo o con presencia de productos tóxicos, así como ante patologías como la conjuntivitis o blefaritis. En todo caso, si generan alguna molestia hay que acudir al especialista oftalmólogo para evitar que se desarrollen complicaciones.

Consejos para usuarios de lentillas

Si eres usuario de lentillas, deberás tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

1. Compra las lentillas en lugares fiables.
2. Utiliza únicamente la solución líquida prescrita por los expertos y mantén las lentillas limpias y en buen estado.
3. Limpia bien tus manos antes de manipular las lentillas o su estuche.
4. Sigue las instrucciones y respeta las pautas de reemplazo de las lentillas.
5. Cambia el estuche portalentas con frecuencia, cada dos meses.
6. Antes de ponerte las lentillas por la mañana, espera al menos media hora para que tus ojos estén en perfectas condiciones para su uso.
7. Si te maquillas hazlo antes de colocar las lentillas, para evitar que se depositen restos de maquillaje sobre la lente.
8. Evita el abuso del aire acondicionado, el cual seca el aire y puede provocar incomodidad con las lentillas.

Si eres usuario de
lentillas, deberás
tener en cuenta
algunas
recomendaciones

Más información:

CLÍNICA SALVÀ

Camí de Son Rapinya, 1

971 730 055

www.clinicasalva.es

AL DÍA OFTALMOLOGÍA

Everything you need to know about contact lenses

THE OPTOMETRY TEAM AT OFTALMEDIC SALVÀ OFFER THE SOLUTION FOR CORRECT CONTACT LENSES USAGE

Contact lenses are an optical correction system, which is an alternative to the use of glasses. They are thin and curved lenses, which are placed on the tear film that covers the ocular surface and provide the eye with appropriate diopter power, in order to compensate for poor vision caused by a refractive error.

Many people choose this option for aesthetic reasons, but also for practical reasons, according to the specialists in optometry at Oftalmedic Salvà. In the case of athletes, for example, glasses can be quite an inconvenience.

What do contact lenses solve?

The contact lenses are used to correct refractive defects or ametropias, which are eye alterations that prevent the correct focus of the images on the retina. This is the case with myopia, hyperopia, astigmatism and presbyopia.

They are an alternative to the use of glasses, which, at times, can generate discomfort or incompatibilities, especially in the case of people who practice sports or who are engaged in jobs that require heavy or repeated physical movements.

Benefits

Contact lenses have a number of advantages over glasses. These are, among others:

- They offer comfort and a wide range of vision, since they cover the entire field of vision that the eye allows, unlike with glasses.
- No fogging due to heat or water vapour or sweat generated.
- The lenses provide greater freedom of movement, preventing the glasses from falling, dislodging or breaking. This is especially positive for those who practice sports or heavy physical work.

In addition, there are several types of contact lenses to choose from depending on the needs and situation of each person. To

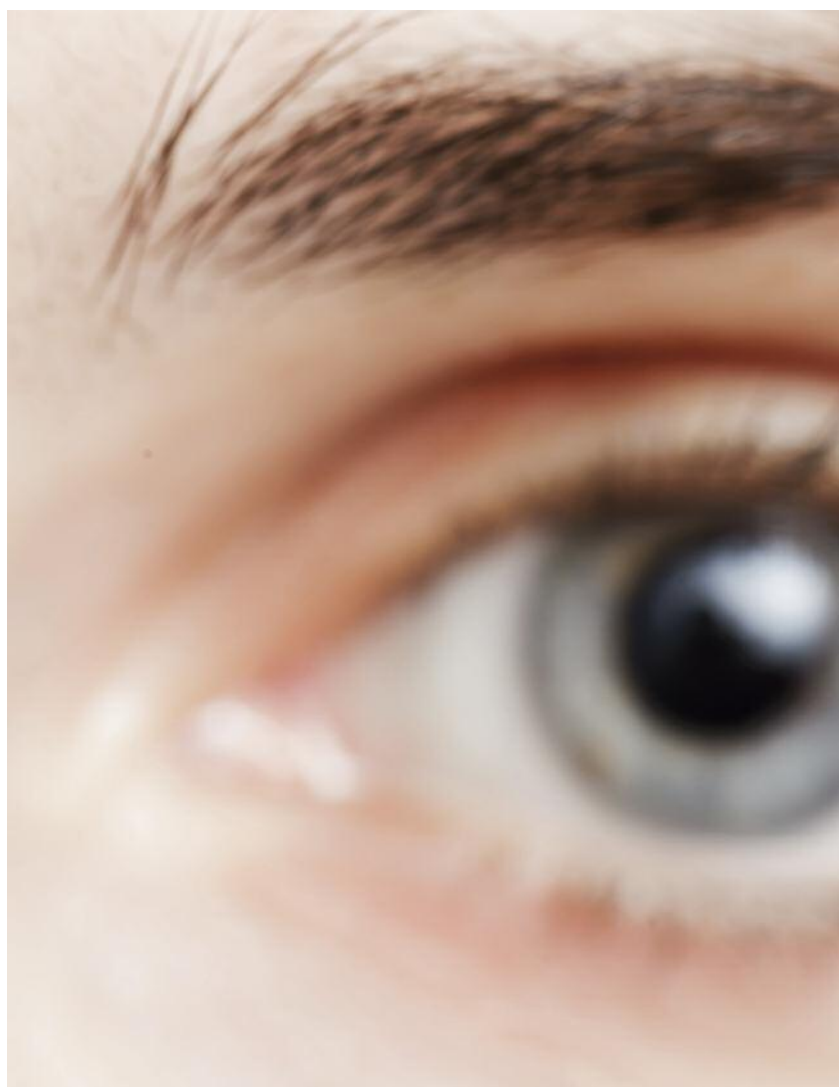
know the most appropriate type of lens in each case, a consultation with a specialist should be made.

Types of contact lenses

There are several types of prescription lenses:

- The **disposable lenses**, or lenses for daily use.
- The **reusable lenses**, usually monthly.
- **Long-term contact lenses**, designed to be worn continuously, even at night, for a certain number of weeks.
- **Rigid gas permeable contact lenses** are indicated to correct specific visual problems. They are smaller and more consistent than soft ones, and can be used during a period that usually ranges between six months and two years.
- **Hybrid contact lenses**, which combine a soft zone with a rigid one, are used in specific cases as in patients with keratoconus.
- **Bifocal lenses**, as with progressive glasses, include two graduations in the same lens: one for far vision and one for near vision.
- **The multifocal lenses** have a spectrum of powers in each lens

The contact lenses are an alternative to the use of glasses, which can generate discomfort or incompatibilities



that allows seeing well at all distances. These, as well as bifocals, are suitable for people with presbyopia, which require good vision from far and near.

- **Monovision contact lenses**, which only correct vision at one distance.

Currently, the objective of contact lenses is not only to correct vision. In addition to graduated lenses, there are also non-prescription lenses designed for aesthetic purposes, such as changing the colour of our eyes.

However, all contact lenses are sanitary products regulated by the U.S. FDA and must be prescribed by an expert. According to the Optometry team at Oftalmedic Salvà, it will be the vision care specialist who will find the most appropriate contact lenses for each particular case, considering the lifestyle and preferences of each patient.

Tips for contact lenses users

If you wear contact lenses, you should consider the following recommendations:

1. Buy contact lenses in reliable places.

Precautions for the use of contact lenses

It is essential to maintain good hygiene before and after handling or using contact lenses. If you don't clean the lenses, its case or even your own hands, infections or eye inflammations can be produced.

Furthermore, it is important to respect the maximum time of use recommended by the manufacturer. An excessive use of contact lenses could cause problems such as infections, superficial ulcers, dry eyes, and even intolerance to contact lenses.

Avoid using in environments with a lot of dust or with the presence of toxic products, and also in diseases such as conjunctivitis or blepharitis. In all cases, if there is any discomfort, it is necessary to go to the ophthalmologist specialist to avoid the development of complications.

2. Only use the liquid solution prescribed by the experts and keep the lenses clean and in good condition.
3. Wash your hands before handling the lenses or their case.
4. Follow the instructions and guidelines in respect of replacement lenses.
5. Change the lens case frequently, every two months.
6. Before inserting the contact lenses in the morning, wait at least half an hour for your eyes to be in perfect condition to use them.
7. If you put on your makeup, do it before placing the contact lenses, to avoid the deposit of leftover makeup on the lens.
8. Avoid over-use of air conditioning, which dries the air and can cause discomfort with the contact lenses.

If you wear contact lenses, you should consider some recommendations

More information:

CLÍNICA SALVÀ
Camí de Son Rapinya, 1
971 730 055
www.clinicasalva.es



AL DÍA OFTALMOLOGÍA

Alta miopía o miopía magna

DESDE OFTALMEDIC SALVÀ ADVIERTEN: ESTA ENFERMEDAD DEBE CONTROLARSE PARA EVITAR COMPLICACIONES QUE COMPROMETEN SERIAMENTE LA SALUD VISUAL

Hablamos de miopía magna cuando la persona que la padece supera las seis dioptrías. A diferencia de la miopía simple, esta es una patología ocular que aumenta el riesgo de desarrollar otras enfermedades graves, como glaucoma o desprendimiento de retina.

Actualmente, entre el 2% y el 3% de la población española sufre miopía magna, lo que supone más de 900.000 afectados. Los expertos de Oftalmedic Salvà advierten de los riesgos de esta patología ocular si no se detecta y se controla a tiempo, y destacan la importancia de las revisiones periódicas con oftalmólogos especialistas en retina.

¿Qué es la miopía magna?

La miopía magna, conocida también como alta miopía o miopía patológica, se diferencia de la miopía normal en que los pacientes que la padecen tienen más de seis dioptrías, así como una mayor propensión a presentar alteraciones oculares.

Se debe a un alargamiento excesivo del globo ocular, que suele estar asociado a un adelgazamiento de todas las estructuras del ojo, especialmente de la retina (parte del ojo que transforma la luz y las imágenes en señales nerviosas). Este crecimiento exagerado del ojo puede determinar la aparición precoz de un desprendimiento de vítreo posterior, y constituye un importante factor de riesgo en el desprendimiento de retina (el 40% de los casos ocurre en pacientes miopes). De igual modo, este grupo de pacientes tiene una mayor predisposición a desarrollar cataratas y glaucoma.

Los pacientes con miopía magna suelen ser miopes desde la infancia. Este tipo de miopía puede evolucionar hasta superar las seis dioptrías, estabilizándose por lo general al final de la adolescencia, o bien, puede seguir avanzando con la edad. Cuando se da esta situación, se habla de miopía degenerativa y debe ser vi-

gilada de cerca por un oftalmólogo para evitar complicaciones mayores.

Síntomas

El paciente con este defecto refractivo presenta una visión lejana borrosa y falta de agudeza visual, así como una visión cercana óptima –salvo que exista algún tipo de complicación macular-. También es habitual que perciba destellos luminosos y pequeñas manchas en la retina (moscas volantes o miodesopsias).

Esta patología puede conducir también a la aparición de otras complicaciones que comprometen la salud visual, como:

- Desprendimiento de retina
- Neovascularización corioidea o formación anormal de nuevos vasos sanguíneos
- Atrofia de la retina
- Aparición precoz de cataratas
- Mayor riesgo de glaucoma
- Agujero macular en la retina

Tratamiento y prevención

No existe un tratamiento específico que cure la miopía magna, aunque sí existen diferentes opciones terapéuticas que contribuyen a mejorar la calidad de vida del paciente que la padece:

1. Cirugía refractiva con lentes intraoculares fáquicas.

La cirugía refractiva con lentes intraoculares fáquicas (habitualmente, lentes ICL) constituye una solución para la corrección de la

Los pacientes que padecen miopía magna tienen más de seis dioptrías

El 40% de los casos de desprendimiento de retina ocurre en pacientes miopes





alta miopía, alternativa al uso de gafas y/o lentes de contacto. Está dirigida a pacientes cuyas dioptrías se han estabilizado y no son candidatos a la intervención mediante láser, principalmente, por su elevada graduación.

AL DÍA OFTALMOLOGÍA

La cirugía refractiva con lentes intraoculares fáquicas constituye una alternativa al uso de gafas y/o lentes de contacto

2. Cuando surgen complicaciones de retina y vítreo en el curso de esta enfermedad, se recurre a diversos tratamientos disponibles:

En pacientes que presentan desgarros o roturas en la retina está indicada la fotocoagulación con láser, a fin de prevenir que dichas lesiones evolucionen hacia un desprendimiento de retina. De ser así, hay que abordar el problema visual con la máxima urgencia, siendo la vitrectomía la cirugía recomendada.

La solución más apropiada para quienes sufren de neovascularización coroidea son las inyecciones intravítreas, para disminuir la presencia de fluido y hemorragias maculares.

En cualquiera de los casos descritos, los expertos de Oftalmedic Salvà recuerdan: para prevenir la aparición de estas complicaciones que pueden perjudicar seriamente la visión, resulta esencial que el paciente con miopía magna se someta a evaluaciones oftalmológicas periódicas con oftalmólogos especialistas en retina. Y es que, para que el tratamiento de la alta miopía y de sus posibles complicaciones sea exitoso, es imprescindible disponer de un diagnóstico lo más precoz posible.

Más información:
CLÍNICA SALVÀ
Camí de Son Rapinya, 1
971 730 055
www.clinicasalva.es

Lentes intraoculares fáquicas o lentes ICL

Cuando el oftalmólogo determina que el paciente no es un candidato apto para la cirugía láser, como ocurre en los pacientes con miopía magna, existe una opción alternativa: la cirugía refractiva con lente intraocular fáquica (o lente ICL).

En este caso, el especialista deberá valorar en una primera consulta si sus características oculares son las adecuadas para permitir el implante de esta lente, mediante la realización de una serie de pruebas previas.

Las lentes ICL, también conocidas como lentes fáquicas, suponen una nueva generación en la corrección de los defectos de refracción. Estas se implantan en el ojo sin necesidad de sustituir el cristalino y respetando el tejido corneal, dada la precisión en su acceso. De este modo, se preservan dos importantes estructuras oculares como son el cristalino y la córnea.

AL DÍA

OFTALMOLOGÍA

Retinosis pigmentaria: La prevención, la mejor opción

LOS ESPECIALISTAS DE OFTALMEDIC SALVÀ EXPLICAN LA IMPORTANCIA DE LAS REVISIONES RUTINARIAS PARA LA DETECCIÓN DE ESTA ENFERMEDAD DEGENERATIVA, QUE PUEDE DERIVAR EN CEGUERA

El Día Mundial de la Retinosis Pigmentaria se celebra cada año el último domingo de septiembre. En esta ocasión, el equipo de profesionales de Oftalmedic Salvà advierte: solo a través de las revisiones completas rutinarias se puede detectar esta afección, que poco a poco y de forma silenciosa va degenerando nuestra retina.

¿Qué es la retinosis pigmentaria?

Es una enfermedad de la retina que produce la degeneración de las capas en las que se encuentran los fotorreceptores (células receptoras de la luz), y, por tanto, produce un menoscabo en la visión que puede derivar en ceguera.

Actualmente, constituye la primera causa de ceguera de origen hereditario en adultos. Se estima que su prevalencia general es de 1 a 5 casos de cada 10.000 personas. En España afecta a 25.000 personas (aproximadamente a un 0,06%), de acuerdo con los datos de la Asociación de Afectados por Retinosis Pigmentaria en Euskadi. Además, su incidencia es mayor entre los hombres (60%) que entre las mujeres (40%).

Síntomas

La retinosis pigmentaria aparece de manera silenciosa y causa una pérdida lenta pero progresiva de la agudeza visual. Algunos de los síntomas iniciales de la enfermedad, a los que conviene prestar atención, son:

- Disminución de la visión nocturna.
- Pérdida progresiva de agudeza visual.
- Reducción del campo visual, que lentamente produce “visión de túnel”.
- Dificultad en la distinción de los colores.
- Deslumbramientos (fotopsias).
- Ceguera.

La retinosis pigmentaria es la primera causa de ceguera de origen hereditario en adultos

Una vez comienzan los síntomas, la retinosis pigmentaria sigue progresando de forma más o menos rápida, si bien el desarrollo de la enfermedad no afecta a todos por igual, incluso dentro de una misma familia.

Causas

Aunque la retinosis pigmentaria tiene un origen genético, en la mitad de los casos puede aparecer de manera esporádica sin que el paciente presente ningún antecedente familiar.

Su pronóstico puede variar mucho de una persona a otra, en función de los genes afectados, las mutaciones, la forma de herencia y la edad de presentación. Estos factores harán que la enfermedad afecte en mayor o menor medida a la visión de quien la padece.

¿Existe tratamiento?

Aunque se está avanzando mucho en el conocimiento de la enfermedad, no existe una cura para la retinosis pigmentaria. Actualmente, las investigaciones se están centrando en las terapias neuroprotectoras, los tratamientos con células madre o la terapia génica. Estas alternativas terapéuticas constituyen un futuro esperanzador para el tratamiento de esta patología.

No existe una cura para la retinosis pigmentaria



La luz acelera la enfermedad, por ello el uso de gafas de sol puede beneficiar al paciente. Además, también puede retrasar la pérdida de agudeza visual una dieta rica en DHA-omega 3 y en vitaminas antioxidantes.

La prevención es siempre la mejor opción

Prevención

En la retina existen una serie de signos que anuncian la existencia de retinosis pigmentaria y permiten su diagnóstico a través de una exploración oftalmológica. Sin embargo, es muy difícil de detectar por el paciente, ya que los síntomas aparecen de forma lenta y progresiva.

De ahí la importancia de realizar revisiones oftalmológicas completas y rutinarias de la retina que permitan la detección precoz de esta enfermedad, tanto para los pacientes con antecedentes familiares como para los que no tienen precedentes, ya que esta afección no siempre está asociada a un factor de riesgo claro.

Y es que, tal como advierten los expertos de Oftalmedic Salvà, la prevención es siempre la mejor opción.

Más información:

CLÍNICA SALVÀ

Camí de Son Rapinya, 1

971 730 055

www.clinicasalva.es

AL DÍA
LA FUNDACIÓN

Objetivo cumplido: Dispensario médico para 'El Milagro', Perú

La Fundación Bona Llum Oftalmedic, fundada por el Dr. Luis Salvà Ladaria, celebró su 20º aniversario en una Gala Solidaria que tuvo lugar en S'Aljub de Es Baluard en diciembre de 2017. El acto reunió a una nutrida representación de la sociedad balear, más de 150 personas, y recaudó más de 4.500 euros a beneficio del centro poblado 'El Milagro', situado en Trujillo, Perú.

El 100% de la recaudación de la Gala se destinó a la habilitación de un dispensario médico en el Colegio Toni Real Vicens, situado en 'El Milagro', lo cual permite continuar la labor asistencial de la Fundación y dar un paso más en la mejora de la calidad de vida de sus habitantes.

A continuación, un avance del mencionado dispensario que, gracias a las aportaciones de todos los participantes de la Gala, se ha



podido instalar en 'El Milagro' y que contribuirá en gran medida a mejorar las condiciones sanitarias de esta población.

Fundació Bona Llum Oftalmedic en 'El Milagro'

Desde hace varios años, Fundació Bona Llum Oftalmedic viene proporcionando asistencia oftalmológica y optométrica a los niños y familias de esta zona de Perú, que sobreviven recogiendo a mano los desechos de un inmenso vertedero. A través de diversas expediciones, los voluntarios de la fundación han ido cuidando la salud visual de esta población, con el objetivo de seguir repartiendo "Miradas Nuevas".



Recogida de gafas donadas: Óptica Miranzo y Col·legi Sagrat Cor

Fundació Bona Llum Oftalmedic recibe las gafas donadas obtenidas en dos de sus puntos de recogida, en esta ocasión, en Óptica Miranzo y en el Col·legi Sagrat Cor.

Estas acciones se enmarcan en la campaña de Bona Llum “La Mirada Local”, a través de la cual se recogen, reciclan y adaptan gafas donadas por personas que ya no las utilizan, con el objetivo de darles un nuevo uso y repartir miradas entre las personas que más las necesitan, tanto a nivel local como internacional.

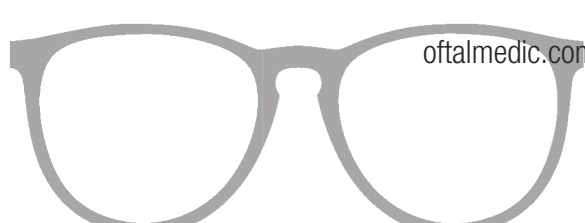
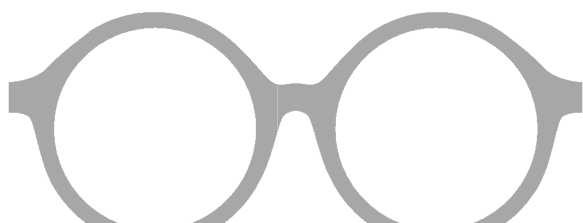
En las fotos, hacen entrega de las gafas Josep María Estopa, de Óptica Miranzo, y una representación de los alumnos del Col·legi Sagrat Cor acompañados por su director, Miquel Àngel Llabrés, y por Miquel Fullana



Josep Maria Estopa, de Óptica Miranzo.



Alumnos del Col·legi Sagrat Cor con su director, Miquel Àngel Llabrés, y Miquel Fullana.



AL DÍA LA FUNDACIÓN

Repartiendo miradas: La Mirada Local

En el marco de la campaña de atención a la salud visual “La Mirada Local”, voluntarios de Fundació Bona Llum Oftalmedic realizan jornadas de revisiones oculares entre jóvenes que no tienen recursos económicos o cobertura médica, con el objetivo de detectar posibles problemas o patologías y ponerles solución a tiempo, ya sea a través de un tratamiento oftalmológico o a través de la prescripción de gafas graduadas.

Un año más, el equipo de voluntarios de Bona Llum se ha desplazado a revisar la vista de los niños y adolescentes que integran el Centro Fundación Rafa Nadal y el Centro Socioeducativo Naüm Son Roca.



Lorena Mateos y Marga Ribas atienden a los chicos del Centro Socioeducativo Naüm Son Roca.





Xisca Arrom y Belén Sánchez revisan la vista de los niños del Centro Fundación Rafa Nadal.



COLABORADORES

LASERCLINIC. DERMATOLOGÍA

Alopecia: la importancia del diagnóstico

EL DR. JOAN GARCÍAS LADARIA, DEL EQUIPO DE DERMATOLOGÍA DE LASERCLINIC, EXPLICA EN QUÉ CONSISTE LA ALOPECIA Y ADVIERTE DE LA IMPORTANCIA DE UN DIAGNÓSTICO CERTERO PARA EL PRONÓSTICO DE ESTA ENFERMEDAD

La alopecia es la caída o ausencia del pelo en las zonas donde normalmente debería haber. Es un motivo de consulta y preocupación frecuente. Sin olvidar que puede ser un signo de enfermedades que tienen una mayor trascendencia para la salud, se trata generalmente de un problema eminentemente estético, pero que con frecuencia afecta a la persona que la padece de una forma muy importante desde el punto de vista psicológico y social.

El pelo es una de las estructuras llamadas anejos de la piel. La tricología es la ciencia que estudia las enfermedades que le afectan y es una rama de la dermatología. Existen multitud de causas de alopecia y antes de aplicar un tratamiento, deberemos establecer un diagnóstico.

Tipos de alopecia

La caída del pelo se puede deber al daño del folículo piloso –la “raíz” del pelo- o bien del tallo piloso. Las alopecias se pueden clasificar en función de varios criterios: por su origen o etiología (alopecia autoinmune, infecciosa, hormonal...), por su localización (difusa, de localizaciones características o circunscrita), por su aspecto (inflamatoria o no inflamatoria) o por su pronóstico (cicatricial o no cicatricial).

Algunas de estas alopecias se deben a alteraciones conocidas y controlables, como la infección por hongos (tiñas), y por tanto son tratables en su origen y potencialmente curables. Otras se deben a alteraciones conocidas, pero no del todo controlables, como la alopecia androgenética o calvicie masculina. Por desgracia, existen otros trastornos cuyos mecanismos o causas no se terminan de comprender, como las alopecias debidas a enfermedades autoinmunes del pelo.

Sin embargo, la clasificación que más se usa en tricología es la que divide las alopecias en “cicatriciales” –el pelo que se pierde es sustituido por una cicatriz y no volverá salir-, y “no cicatriciales” –potencialmente recuperables-. El diagnóstico de una enfermedad, por tanto, no solo permite aplicar

“La alopecia es un problema generalmente estético, pero que afecta desde el punto de vista psicológico y social”



El Dr. Garcías es Licenciado en Medicina por la Universitat de Barcelona desde el año 2009 y Médico especialista en Dermatología médico-quirúrgica y Venereología vía MIR por el Hospital General Universitario de Valencia desde 2014. Es también miembro de la Academia Española de Dermatología.

un tratamiento adecuado, sino también nos orienta con respecto al pronóstico: la posibilidad de que la enfermedad remita o incluso revierta.

La historia clínica y la exploración

Lo primero y más importante para el diagnóstico de una alopecia es preguntar al paciente qué le pasa y desde cuándo. En la *anamnesis* o historia clínica recogeremos una serie de datos:

- El motivo de consulta.
- En caso de un aumento de la caída, ¿desde cuándo se está produciendo?
- Los antecedentes médicos del paciente. En caso de aumento de la caída de más de 6 meses buscamos posibles

causas “orgánicas” como un problema de la glándula tiroides, falta de hierro o de algunas vitaminas, etc. Algunas alopecias se dan característicamente en el contexto de enfermedades que afectan a la piel, las uñas, o incluso a otros órganos (enfermedades sistémicas).

- La presencia de síntomas como picor, dolor o descamación puede también orientar a ciertas enfermedades en las que existe una inflamación en la piel como causa de la caída.

La exploración física es igualmente fundamental para el diagnóstico:

- La pérdida de pelo o de densidad, ¿sigue un patrón de distribución? La alopecia androgenética sigue un patrón clásico (zona frontal y coronilla), mientras que la alopecia areata ocasiona la pérdida del pelo en áreas circulares.
- ¿Existen signos de inflamación en la piel?
- ¿Se conservan los orificios por donde sale el tallo del pelo? O, por el contrario, ¿han sido borrados —como ocurre en las alopecias cicatriciales—?
- La pilotración o *pull test* consiste en traccionar con los dedos el pelo en varias zonas, pudiendo extraer uno o dos pelos con cada tirón.
- Debemos tener en cuenta también la presencia de alteraciones en la piel o en las uñas, ya que algunas enfermedades del pelo son la manifestación de un problema de la misma piel o de otros órganos.

Otras técnicas para el diagnóstico

En ocasiones, para confirmar un diagnóstico, el dermatólogo tendrá que hacer uso de una serie de instrumentos y pruebas complementarias:

- La analítica de sangre se solicita para descartar deficiencias que puedan justificar o contribuir a una caída del pelo que se prolonga más de 3-6 meses.
- La dermatoscopia consiste en visualizar una lesión en la piel a través de una lupa con una luz polarizada. Con el dermatoscopio podemos observar con mayor detalle las alteraciones en el tallo, los signos inflamatorios, la desaparición de los orificios



Figura 2: Algunas veces la presencia de alteraciones en otros órganos, como la propia piel o las uñas, nos orienta en el diagnóstico. En este caso, se aprecian unos hoyuelos en las uñas (pitting ungueal), característicos de la alopecia areata.



Figura 1: Paciente con alopecia androgenética femenina. Se observa el adelgazamiento del pelo y la pérdida de densidad en la zona parietal y la coronilla, en ausencia de signos de inflamación.

foliculares, etc. La dermatoscopia digital consiste en el acoplamiento de una cámara al dermatoscopio, que permite registrar las imágenes para realizar

un seguimiento. Se han desarrollado *softwares* que hacen posible, además, calcular la densidad de pelo y el diámetro de los tallos foliculares para monitorizar la evolución de la enfermedad o la respuesta al tratamiento.

- El tricograma consiste en arrancar un mechón de pelo y observarlo en el microscopio óptico, para determinar sus características y su calidad.
- En algunos casos es muy útil realizar una biopsia.

En conclusión, la caída del pelo puede deberse a muchas causas, por lo cual antes de aplicar un tratamiento deberemos establecer un diagnóstico. Con ello podremos aportar una solución específica y eficaz y tendremos información con respecto al pronóstico. Hay que tener en cuenta que, con frecuencia, los pacientes que tienen enfermedades del pelo con mal pronóstico no consultan por la caída del mismo, que suele ser imperceptible, sino por una disminución de la densidad o bien por la presencia de inflamación, que puede dar síntomas como dolor, picor o supuración.

Más información:

LASERCLINIC

Rambla del Rei en Jaume, 6 (Manacor). 971 844 844

“El diagnóstico permite aplicar un tratamiento adecuado y nos orienta con respecto al pronóstico”

COLABORADORES

LASERCLINIC. PSICOLOGÍA

Smartphones: ¿Cómo influyen en la gestión de las emociones?

PATRICIA TERUEL, PSICÓLOGA DE LASERCLINIC, NOS NARRA LOS RESULTADOS DE SU TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Patricia Teruel García es graduada en Psicología por la Universitat de les Illes Balears. Con máster en Psicología General Sanitaria, obtuvo matrícula de honor en las asignaturas de psicología infantil: 'Evaluación y diagnóstico de la psicopatología en niños y adolescentes' e 'Intervención en la psicopatología en niños y adolescentes'. Actualmente presta sus servicios en el Área de Psicología Infantil de Laserclinic –Manacor–.

Bajo el título “Efectos del uso del teléfono inteligente sobre estados emocionales disforicos”, su Trabajo de Final de Máster versó sobre los efectos que tiene el móvil en la gestión de las emociones negativas por parte de los jóvenes, llegando a una sorprendente conclusión que le valió al trabajo de investigación una calificación de sobresaliente.

Hoy en día no nos sorprendemos al ver a la mayoría de personas de nuestro alrededor con un teléfono móvil en la mano. Y es que esa extensión de nuestro brazo, que nos acompaña vayamos donde vayamos, ya se ha convertido en uno de los principales objetos de estudio para la comunidad científica actual.

Se estima que ya hay en el mundo más de 5.000 millones de personas que utilizan habitualmente el teléfono móvil y además se prevé que esa cifra va a continuar aumentando. El uso excesivo de la tecnología aparece principalmente en adolescentes y jóvenes.

En varios estudios en psicología ya se han encontrado relaciones entre el uso excesivo del teléfono móvil y la presencia de síntomas de ansiedad y depresión. Teniendo en cuenta que la ansiedad



y la depresión son patologías emocionales, tendría sentido cuestionarse si el uso del teléfono móvil tiene algún efecto sobre nuestras emociones del día a día.

A partir de esa cuestión general, surgió la pregunta que sirvió de guía para el proyecto de investigación que llevé a cabo en la Uni-

“Los resultados de la investigación indican que aquellos que utilizaron su teléfono, consiguieron recuperar su bienestar emocional más rápidamente”

versitat de les Illes Balears: ¿Cómo influye utilizar el teléfono móvil al experimentar una emoción negativa, frente a no utilizarlo? Este fue el primer estudio que trató de dar respuesta de manera científica y experimental a esa pregunta.

Para ello, a 95 jóvenes se les generó un estado de tristeza y se analizó la evolución de su emoción según si se les permitía utilizar su teléfono móvil o si no se les permitía utilizarlo. Los resultados de la investigación indican que aquellos que utilizaron su teléfono, consiguieron recuperar su bienestar emocional más rápidamente. Es decir, que utilizar el móvil parece que nos ayuda a recuperarnos más rápidamente de un estado emocional negativo.

Estos resultados mantienen abierto el debate sobre los beneficios y perjuicios de la tecnología.

Por un lado, parece ser que los teléfonos móviles son los perfectos distractores, ayudándonos a evadirnos de las emociones negativas rápidamente. Además poseen múltiples ventajas como la portabilidad, la facilidad para obtener cualquier tipo de información y la posibilidad de comunicarnos con otras personas alrededor del mundo.

Por otro lado, el uso de los dispositivos electrónicos puede jugaros una mala pasada. Cuando nos aproximamos al concepto de regulación emocional, entendido como la manera de gestionar las emociones, parece ser que escapar frecuentemente de las emociones negativas (por ejemplo, utilizando el teléfono móvil) dificulta que el cuerpo y la mente las procesen correctamente. La solución a este posible perjuicio de la tecnología consiste en aprender a utilizarla con moderación, sin usarla como “escudo” ante la realidad, sino como herramienta que facilite el día a día.

“Escapar frecuentemente de las emociones negativas (por ejemplo, utilizando el teléfono móvil) dificulta que el cuerpo y la mente las procesen correctamente”

Además, la tecnología dispone de un potencial para evadirnos de la realidad que nos está generando la necesidad de estar distraídos todo el tiempo. Y nosotros, cuando le damos un teléfono móvil o una tablet a un niño para ‘amansarlo’, no sólo le estamos introduciendo en este círculo vicioso de depender de la tecnología para entretenerse, sino que además le estamos exponiendo directamente a la luz azul de las pantallas, que afecta negativamente a la vista y que sobreestimula el cerebro.

Por tanto, será necesario moderar el uso de los dispositivos electrónicos por nuestra parte y también por parte de los niños. La cantidad de tiempo que debemos permitir que los niños utilicen móviles, tablets o consolas, dependerá de su edad.

Por ejemplo, los niños de hasta 12 años no deberían jugar a la consola más de una hora y media al día, siempre después de haber cumplido con sus obligaciones.

En cuanto al momento de jugar, no se recomienda utilizar dispositivos electrónicos después de cenar ya que producen sobreestimulación cerebral, generando sensaciones de inquietud y dificultando la conciliación del sueño.

Más información:
LASERCLINIC
Rambla del Rei en Jaume, 6 (Manacor)
971 844 844



COLABORADORES

RED ASISTENCIAL JUANEDA

Conocer la reserva ovárica permite planificar el embarazo

Los nuevos conceptos de familia y la nueva forma de entender la vida están retrasando la maternidad: el desarrollo de la carrera profesional, el hecho de no tener pareja o, simplemente, que todavía no está planificado. A todo ello se le suman los problemas de salud como el cáncer y otras patologías.

Estas razones pueden posponer la maternidad más allá de los 30 años; cosa que conlleva problemas de fertilidad que están estrechamente relacionados con la edad. Pero es a partir de los 35-37 que la fertilidad desciende más rápidamente a causa de la disminución de la reserva ovárica.

Además, llegados los 40 años, la probabilidad de quedarse embarazada con los propios óvulos se reduce de forma drástica. Para la Dra. Cristina Gavilán, ginecóloga de Juaneda Fertility Center, la clave está en conocer la reserva ovárica y preservar la fertilidad si se quiere ser madre en un futuro.

Hay dos motivos diferenciados por los que se congelan los óvulos. Puede deberse a aspectos médicos, como es el caso de una mujer en tratamiento oncológico –puesto que la terapia puede afectar a los óvulos– o a mujeres que, por las razones sociales mencionadas anteriormente, deciden guardar sus óvulos para ser madres en un futuro.

La doctora afirma: “De estos casos se habla muy poco, no hay concienciación. No está socialmente establecido”. En muchas ocasiones, en las revisiones ginecológicas no se hace un recordatorio sobre la diferencia que existe entre el reloj biológico y el personal. Gavilán asegura que cuando “una mujer se da cuenta y quiere congelar óvulos suele ser tarde, a partir de los 37 años”. Hay muy pocos médicos que le pregunten a una mujer de treinta años cuáles son sus planes para el futuro.

Si bien es cierto que se puede ser madre más allá de los 40, la probabilidad de quedarse embarazada con

A partir de los 40 años, la probabilidad de quedarse embarazada con óvulos propios disminuye de forma drástica

La vitrificación de ovocitos permite tener hijos con la misma carga genética que la madre



La Dra. Cristina Gavilán, ginecóloga de Juaneda Fertility Center.

los propios óvulos es muy reducida. Como dice la ginecóloga, este hecho “se refleja en un aumento de la tasa de abortos y en las alteraciones cromosómicas (como el síndrome de Down)”. Generalmente, en caso de tratamiento se utilizan ovocitos de donantes, pero “es un grave problema para aquellas mujeres que quieren ser madres con sus propios óvulos”. Ahí es donde recae la importancia de conocer la reserva ovárica puesto que es un factor que permite planificar la preservación de la fertilidad.

La doctora Gavilán explica: “La vitrificación de óvulos es un ejemplo del caso anterior. Es una técnica sencilla que aumenta la probabilidad de tener hijos con el propio ADN de la madre. El proceso no suele superar los 15 días desde que se inicia el tratamiento. Se realiza una estimulación hormonal

para conseguir la maduración de un número más elevado de óvulos que en un ciclo natural. En quirófano extraen mediante punción y se congelan hasta que se quieran utilizar. No se altera ni su calidad y su carga genética es la misma que cuando se extrajo”. Por ejemplo, una madre de 42 años puede tener un hijo utilizando los óvulos que se le extrajeron años antes.

Por todo ello, conocer la reserva ovárica puede ser revelador. Permite a la mujer tomar la decisión de buscar el embarazo o de criopreservar los ovocitos si todavía no ha llegado el momento adecuado. Según la doctora, muchas de las mujeres se ponen en manos de especialistas para conseguir ser madres "lamentan no haber conocido su reserva ovárica para poder prevenir la infertilidad”.

Esta reserva ovárica viene determinada genéticamente, y va disminuyendo con la edad hasta ser indetectable en la menopausia. Para conocerla sólo son necesarias una ecografía para hacer el recuento de los folículos antrales —pequeña esfera llenas de líquido que contienen el óvulo inmaduro— y una analítica de sangre donde se analiza la hormona antimülleriana (AMH) para conocer el número de óvulos que quedan en el ovario en un momento determinado.

A diferencia de otras pruebas como puede ser la evaluación de la hormona estimuladora del folículo (FSH) —que tiene que realizarse

**CONOCE TU NIVEL DE FERTILIDAD:
Juaneda Fertility Center te ofrece
de manera gratuita un estudio
de tu reserva ovárica.**

el tercer día del ciclo ovulatorio-, la determinación de AMH puede realizarse en cualquier momento

del ciclo. Gavilán dice: “A modo de guía se puede decir que cuando los niveles de hormona antimülleriana están entre 1 y 3 ng/mL, la reserva ovárica está dentro de los límites de la normalidad. En cambio, si es menor de 1 ng/mL, hablaremos de baja reserva ovárica; y si es mayor de 3 ng/mL nos hará valorar la posibilidad de ovarios poliquísticos”.

Sin embargo, recalca la importancia de que el resultado “debe ser valorado por un especialista, que ponga en contexto el valor de la AMH con el historial clínico de la mujer”.

**Más información:
JUANEDA FERTILITY CENTER
Av. Picasso, 54
871 964 960**

La hormona antimülleriana es un marcador con el que se calcula el número de óvulos que tiene el ovario en un momento determinado



LASERCLINIC (MANACOR) INCORPORA
3 NOVES ESPECIALITATS:

CARDIOLOGIA

Dr. Bernardo García de la Villa

Dr. Onofre Caldés

DIETÈTICA I NUTRICIÓ

Estrella Alba

Gemma Bes

MEDICINA ESTÈTICA

Dra. María Ángeles Arenas



LASERCLINIC

EL TEU CENTRE MÈDIC A MANACOR

CARDIOLOGIA

Dr. Bernardo García de la Villa

Dr. Onofre Caldés

CIRURGIA

Dr. Carlos Ruiz Lozano

CIRURGIA

ORTOPÈDICA I TRAUMATOLOGIA

Dr. Werner Brill Kremer

Dr. Antonio Corral Munar

Dr. Carles Diago Guiral

Dra. Ma Cinta Escuder Capafons

Dr. Isidre Marimón Juan

Dr. Guillermo Mateos Jiménez

Dr. Miquel Rius Dalmau

Dr. Ignacio De Miguel Herrero

CLINICA DEL DOLOR

Dr. Marcello Meli

DERMATOLOGIA

Dr. Joan Garcias Ladaria

Dr. Antoni Nadal Nadal

DIETÈTICA Y NUTRICIÓ

Estrella Alba

Gemma Bes

ENDOCRINOLOGIA

Dr. Pedro Flaquer Riutort

FISIOTERÀPIA - REHABILITACIÓ

Rafael Alzamora Ferriol

Neus Bonet Estrany

Marga Martí Perelló

Maria Mesquida Gomila

MEDICINA ESTÈTICA

Dra. María Ángeles Arenas

MEDICINA GENERAL, URGÈNCIES MÈDIQUES, URGÈNCIES LABORALS

Dr. Antoni Esteva Esteva

Dilluns - divendres de 9 a 20 h.

MEDICINA INTERNA

Dr. Jordi de Otero Blasco

OFTALMOLOGIA

Dr. Luis Salvà Ladaria

Dr. Diego Richards

Dr. Manuel de Timoteo Barranco

Dr. Jorge Garcia Garcia

Dra. Bozena Mankowska

Dr. Scott Garcia Pacheco

Dr. Antonio Amer Rubí

OTORRINOLARINGOLOGIA

Dr. Javier García Rodríguez

PEDIATRIA

Dra. Dolors Juan Jaume

PODOLOGIA

Podoactiva

PREPARACIÓ AL PART

Anabel Mesas Laserna

PSICOLOGIA

Antonia Mir Cirer

Lidia Sánchez Prieto

Patricia Teruel García

RADIOLOGIA

Dr. José Ramón García Abril (Radiòleg)

Antonio Ramis Lluch (Tècnic-infermer)

Dr. José María Susacasa Candreva

RECONeixEMENTS MÈDICS

(Renovació permís de conduir)

Dr. Antoni Esteva Esteva

Dilluns - divendres de 9 a 18 h.

UROLOGIA

Dr. Francisco Tellols Chulvi

Dr. Antoni Vicens Vicens

DEMANA UNA CITA AL
971 844 844

Nuevas tecnologías en ayudas a pacientes con baja visión: RETIPLUS

Tablets, smartphones, domótica aplicada a utensilios de la vida cotidiana, apps... En los últimos años hemos vivido una revolución tecnológica que está influyendo de manera importante en nuestras vidas.

Estas nuevas tecnologías están presentes en todos los sectores de la vida cotidiana. Y, cómo no, en el ámbito de la baja visión, en el que existen desde terapia celular, hasta bastones inteligentes, aplicaciones para personas con discapacidad visual, gafas de realidad aumentada, etc. En este artículo hablaremos de uno de estos dispositivos de apoyo a las personas con baja visión: RETIPLUS.

El Sistema RETIPLUS es una herramienta para pacientes con discapacidad visual, concretamente para personas que han visto reducido su campo visual periférico a causa de patologías como el glaucoma, la retinosis pigmentaria o la hemianopsia (estas representan aproximadamente el 25% de los pacientes con baja visión).

La pérdida de campo periférico genera una visión en tubo, que puede ser extremadamente incapacitante. El paciente necesita escanear el campo de visión y tener una agudeza visual que le permita identificar, recordar y fusionar toda la información para conformar un escenario visual lo más rápidamente posible. Es aquí donde RETIPLUS cobra su extraordinario valor: en el campo de visión propio del paciente, RETIPLUS posiciona una “vista” con campo visual ampliado en tiempo real y sin deformación, lo que proporciona al paciente una visión espacial del entorno circundante, incluso en movilidad, para anticipar obstáculos, peligros, etc.

Cómo consigue el SISTEMA RETIPLUS ampliar el campo visual del paciente

El Sistema RETIPLUS se incorpora en unas *smartglasses* EPSON MOVEIRO, conectadas a un mando a distancia que el paciente portará con el fin de personalizar su sistema. Además, el optometrista conecta las *smartglasses* con una *tablet* para realizar las distintas “calibraciones digitales”: ajustar el zoom, el brillo, el contraste, las “vis-



Luis Alfonso Gómez Escudero, certificado por Plusindes en el programa de formación del SISTEMA RETIPLUS, prueba las *smartglasses* EPSON MOVEIRO.

tas de ayuda”, etc. Seguidamente, se crean unas plantillas que nos dicen qué partes de la retina son las que el paciente tiene menos dañadas, para proyectar las imágenes en esas zonas. De esta forma, adapta las *smartglasses* según la condición visual de cada paciente.

Las *smartglasses* se personalizan, es decir, se crean y se graban “vistas” para las distintas situaciones de la vida cotidiana de los pacientes, ya sea en modo estático, para deambular, para un espectáculo, etc., y también se pueden ajustar el brillo, el contraste y el zoom de la escena proyectada.

Además, almacenan los “datos de uso” del paciente. De este modo, el profesional puede analizar y recalibrar las distintas “vistas” dependiendo del uso que se le haya dado a cada una.



Smartglasses con sistema RETIPLUS.

También ofrecen visión en “modo contornos”, que mejora la identificación de los bordes y siluetas de los objetos (esto resulta de gran ayuda, por ejemplo, en la identificación de la forma y los peldaños de una escalera).

El SISTEMA RETIPLUS, por tanto, es una innovadora ayuda visual para el paciente con baja visión y una potente herramienta para el especialista en baja visión.

Más información:
ÓPTICA ALFONSO
C/Llotgeta nº 5
Tel 971 713 668 - www.opticaalfonso.com

COLABORADORES

SANITAS

¿Qué es la cirugía ortognática?

La cirugía ortognática es la que se encarga, en líneas generales, de resolver los problemas de la relación anatómica de ambas mandíbulas (maxilar y mandíbula). De hecho, *gnathos* es mandíbula en griego y *ortho* es recto.

Resultados de la cirugía ortognática

La cirugía ortognática reestablece los rasgos faciales para buscar el equilibrio adecuado entre todos ellos. Se basa en la regla de la simetría espacial y de los tres tercios faciales, buscando la máxima armonía entre los distintos órganos faciales.

Para conseguir una correcta estabilidad de los tejidos óseos, la cirugía ortognática va acompañada de la ortodoncia, que es la técnica utilizada para corregir y alinear los dientes. La mayoría de las malformaciones faciales van asociadas a maloclusiones dentales. Así, el ortodoncista trabaja junto con el cirujano maxilofacial para lograr resultados armónicos y equilibrados.

A la hora de valorar la necesidad de intervención, es clave que los especialistas analicen la mandíbula, el maxilar, los pómulos, la nariz, la zona de los ojos, los dientes y todos los tejidos blandos que recubren la cara y el cuello. También es importante estudiar la funcionalidad de la mandíbula para evitar, entre otros, problemas en la articulación temporo-mandibular.

Los problemas que resuelve la cirugía ortognática

Con la cirugía ortognática se pueden resolver muchos de los problemas que se centran en la mandíbula. Entre los más comunes están:

Mordida abierta: La mordida abierta impide cerrar bien la boca porque los dientes sobresalen, o porque no encaja la parte de arriba con la de abajo. No solo es un problema estético; si no se corrige a tiempo, pueden aparecer complicaciones al masticar, al hablar o incluso al respirar.

Sonrisa gingival: Algunas personas enseñan mucho las encías cuando sonríen. En ocasiones, esto causa problemas de autoestima que hacen que la persona deje de sonreír poco a poco.



La sonrisa gingival se debe a un exceso de crecimiento del maxilar, que hace que se posicione de manera irregular con respecto a su base.

Asimetría facial: La asimetría facial aparece cuando los dos lados de la cara no están compensados. La indicación quirúrgica se recomienda dependiendo de la afectación estética, y los efectos funcionales que pueda provocar.

Prognatismo mandibular: Se trata de una deformidad en la mandíbula, que adquiere un tamaño mayor de lo normal, descompensando la relación entre los maxilares. En definitiva la mandíbula es más grande que el maxilar. Provoca grandes problemas en la deglución y en la masticación.

Retrognatia mandibular: Se produce cuando la mandíbula está hacia atrás, como si faltara parte del hueso, haciendo que los dos maxilares no estén alineados y puedan aparecer problemas de funcionalidad, como la apnea del sueño, dificultad de paso del aire por la boca, etc.

Desde el punto de vista estético, hay que decir que con la cirugía ortognática se logra definir todas las estructuras faciales como los pómulos, el mentón y la mandíbula, mejorando la simetría de la cara. De esta forma, la persona adquiere un rostro más armónico, se siente más segura y con más confianza.

Artículo validado por el
Dr. Guillermo Schoendorff,
Jefe de la Unidad de Cirugía Oral y
Maxilofacial en los Hospitales Universitarios
Sanitas la Moraleja y Zarzuela.



Cuida tu vista

Nuestros ojos, un gran valor

Los ojos y la visión son uno de los bienes más preciados que tenemos; gracias a ellos podemos ver nuestra serie favorita, leer esa novela que tan enganchados nos tiene, disfrutar de la belleza de un paisaje... ¿Cómo no vamos a prestarles la atención que merecen?

Revisión una vez al año

Es cierto que a veces nos da pereza, pero si descubrimos un problema ocular a tiempo y podemos tratarlo correctamente, nos compensará con creces el esfuerzo. Recuerda que la mayoría de los problemas oculares y visuales, incluido el glaucoma, tienen remedio si el diagnóstico es temprano. El comienzo del curso y la vuelta a la rutina puede ser un momento idóneo para realizar esta revisión.

Acudir a una visita con el óptico-optometrista cada año es una de las mejores maneras de cuidar nuestra visión, si hay un problema lo descubriremos y te indicaremos la mejor manera de proceder, si con gafas, revisión oftalmológica, o cualquier otra posible solución.

Cosas que podemos hacer por nuestros ojos

Llevar una dieta saludable es el principal pilar para cuidar nuestra salud ocular. Nuestra alimentación debe incluir verduras, pescado y alimentos con antioxidantes, como las vitaminas A y C, ya que son muy beneficiosos para nuestros ojos. Por ejemplo, los ácidos grasos omega 3, presentes en el pescado azul y en las nueces, son importantes para la mácula, parte de la retina encargada de la visión central.

La actividad física practicada de forma regular mejora la circulación sanguínea, lo que favorece la oxigenación ocular y la eliminación de toxinas, además de disminuir el riesgo de padecer diabetes e hipertensión, dos enemigos importantes para nuestros ojos.

Dales un descanso

Nuestros ojos se cansan más con ciertas actividades, como por ejemplo estar muchas horas frente al ordenador, tablet, TV, smart-phone, etc. En estos casos es recomendable usar unas lentes con absorción de la luz azul, que eliminan el 20% de longitud de onda corta del espectro visible además del UV.



Para 15 minutos cada 2 horas cuando trabajes con un ordenador, y realiza un cambio de enfoque cada 20 minutos, mirando a lo lejos durante unos 20 segundos.

Gafas de sol todo el año y a todas las edades

Los rayos UV y los infrarrojos nos afectan todo el año, y pueden generar problemas como cataratas, quemaduras en la retina, etc. El uso de unas gafas de sol homologadas y con la debida protección, evitan estas radiaciones.

Hidrata tus ojos

Tus ojos necesitan hidratación, y para ello podemos hacer uso de las lágrimas artificiales. Estas son muy útiles en casos de alergia, ojo seco, etc.

Resumiendo, cuida tus ojos, son dos para toda la vida.

DESDE OTRO PUNTO DE VISTA

DR. SCOTT ANDERSON GARCÍA

Especialista en Oftalmología General

Oftalmólogo de Oftalmedic Salvà

“En ocasiones, creo que las personas podemos llegar a ‘ver más’ con los ojos cerrados”

EL DR. SCOTT ANDERSON NOS REVELA SU FACETA DE MÚSICO Y NOS NARRA SU EXPERIENCIA COMO VIOLINISTA

A los seis años empecé a tocar el violín. Tras un intento fracasado con la práctica del béisbol, mi madre me llevó al conservatorio de música de mi ciudad natal que es Maracaibo, en Venezuela, intuendo quizá algunas aptitudes artísticas y musicales en mí. Y realmente no se equivocó, fue una suerte de flechazo inmediato. Desde entonces asistí a clases de lenguaje musical a los cinco años, y al año siguiente empecé a tocar el violín.

¿Por qué el violín? No tengo una respuesta muy clara al respecto. Cuando se tienen cinco o seis años es difícil elegir un instrumento con plena conciencia, ya que no se conocen todos con profundidad. Recuerdo que inicialmente quería tocar piano pero, por cosas del destino, ese año las plazas de piano se habían agotado y entre mi madre y yo elegimos, afortunadamente, el violín; así que fue una mezcla de gustos y azar.

Actualmente, además de violín, también toco un poco el piano y canto. Sí, como se puede ver, la música siempre ha ocupado un lugar importante en mi vida (risas).

De hecho, entre los diez y los trece años pertenecí a la Orquesta Infantil de Venezuela, que surgió en el seno del célebre y reconocido Sistema de Orquestas Infantiles y Juveniles de Venezuela, creado por el maestro José Antonio Abreu. Más adelante estuve en la Orquesta Sinfónica del Zulia (OSZ), también en mi país de origen, y más recientemente en la Jove Orquestra de les Illes Balears (JOIB) y en la Orquesta del Conservatorio Superior de Música de les Illes Balears.

“La música siempre ha ocupado un lugar importante en mi vida”



Con la JOIB estuve durante un par de años, durante los cuales dimos muchos conciertos que abarcaban la misa, el acompañamiento de solistas, galas líricas, proyectos solidarios y pedagógicos, entre otros. Pienso que la Jove Orquestra es una gran iniciativa, así como una oportunidad para los nuevos intérpretes que se están formando en nuestras islas.

Mi experiencia en los escenarios

Cuando uno está en un escenario le abordan muchas emociones juntas y, a veces, contradictorias. Siempre es muy grato sentirse

parte de un colectivo que crea una manifestación artística tan particular como la música. Cuando baja la batuta por primera vez se origina una especie de conexión intangible que puede fluir con grandilocuencia o trabarse a cada compás, dependiendo del aporte y el engranaje

de cada uno de los instrumentistas. Es una experiencia desafiante y gratificante a la vez.



“Cuando baja la batuta por primera vez se origina una especie de conexión intangible”

El recuerdo más antiguo que conservo sobre mi experiencia en un escenario fue un concierto navideño del coro infantil de mi conservatorio. Aunque es un recuerdo algo borroso, siento muy presentes una gran emoción por salir ante el público, una gran pasión por los villancicos que habíamos preparado durante meses y la aspiración máxima de que a mi madre le encantara.

La música que más disfruto

A riesgo de que suene trillado, diría que disfruto prácticamente de todos los géneros musicales. Mi ámbito ha sido siempre la música clásica y por suerte he explorado muchas épocas y compositores. Como intérprete, por dar algún ejemplo, disfruto mucho la música de cámara (dúos, tríos, cuartetos) de estilo romántico o clásico, y cada vez me interesa más la música del siglo XX (Stravinsky, Shostakovich, entre otros).

A la hora de escuchar música, disfruto mucho de los grandes solistas, en especial los de mi instrumento, como Janine Jansen, Hillary Hahn, Joshua Bell, Nicola Benedetti, etc., interpretando los grandes conciertos (Beethoven, Mendelssohn, Paganini, etc). Por otra parte aprecio mucho la música orquestal de Dvorak, Tchaikovsky, y la música para piano de Chopin y Erik Satie.



¿Ojos cerrados o abiertos?

Siendo oftalmólogo de profesión, los ojos también ocupan un lugar importante en mi día a día. Si me preguntan si toco el violín con los ojos cerrados o abiertos, diría que, generalmente, toco con los ojos abiertos, porque así puedo controlar la reacción del público y los detalles técnicos del instrumento.

“Generalmente, toco con los ojos abiertos”

Aunque debo decir que, en ocasiones, creo que las personas podemos llegar a “ver más” con los ojos cerrados... Digo “ver más” en el sentido de “sentir más”, que sería como otra forma de ver y también de crear el entorno imaginario al que nos puede llevar de viaje un estímulo sonoro.

CON VISTA AL FUTURO

El tratamiento personalizado para despedirse de gafas y lentillas

OFTALMEDIC SALVÀ INCLUYE UNA MEJORA TECNOLÓGICA QUE ADAPTA LOS PROCEDIMIENTOS A LAS CARACTERÍSTICAS ÚNICAS DE CADA PACIENTE, DE ACUERDO AL DR. LUIS SALVÀ

Oftalmedic Salvà, en Clínica Salvà, incorpora la última tecnología para cirugía refractiva láser, que permite la personalización de los tratamientos en función de las necesidades únicas de cada córnea.

Tal como explica el Dr. Luis Salvà Ladaria, director médico de Oftalmedic Salvà, “se trata de un nuevo software que conecta los aparatos de diagnóstico con el equipo láser que aplica el tratamiento, ofreciéndole una guía a través de topografía”. Esto permite que los procedimientos de cirugía refractiva, que se encargan de corregir los defectos refractivos como la miopía, hipermetropía, astigmatismo y/o vista cansada, se ajusten y se adapten a las características anatómicas de cada ojo.

Este nuevo software (Contoura Vision), subraya el doctor, “aumenta la seguridad y la precisión de las intervenciones y permite la adaptación de cada tratamiento a las necesidades únicas de cada persona”.

¿Cómo funciona?

Primero, los aparatos de diagnóstico crean un mapa detallado de cada córnea, contemplando todos sus aspectos anatómicos. A partir de este mapa se genera una guía, que se envía automáticamente al sistema láser que aplica el tratamiento (láser excímer Allegretto 500).

“Contoura Vision aumenta la seguridad y la precisión de las intervenciones y permite la adaptación de cada tratamiento a las necesidades únicas de cada persona”



“Este procedimiento ofrece importantes mejoras en la agudeza visual del paciente, así como en la calidad de su visión”

Cuando la guía ya ha sido creada y enviada al equipo láser, este se encarga de remodelar la córnea y eliminar el defecto refractivo, respetando la anatomía de cada ojo. Con esto, destaca el Dr. Salvà, “es posible adaptar los procedimientos láser a las particularidades de cada paciente”.

Ventajas de la cirugía refractiva láser con Contoura Vision

El tratamiento, basado en la topografía del paciente (imágenes muy detalladas de cada ojo), permite crear un plan y procedimiento personalizados, aportando un perfil de ablación adaptado a cada uno de los pacientes. El Dr. Luis Salvà indica que este hecho es el que convierte a este procedimiento en completamente personal y único, “tan único como una huella dactilar”.

Además, ofrece importantes mejoras en la agudeza visual del paciente, así como en la calidad de su visión, y reporta resultados óptimos:

- El 98% de los pacientes lo recomiendan.
- Crea un perfil individual para cada ojo.
- Mejora la visión en el momento de la lectura.
- Reduce la dificultad para conducir de noche o con poca luz.



Oftalmedic Salvà pone a su disposición una opción premium para la corrección de los defectos refractivos

Técnica FemtoLasik: La opción de cirugía refractiva premium

Entre los diferentes tratamientos disponibles para la corrección de los defectos refractivos, Oftalmedic Salvà pone a disposición de sus pacientes una opción premium: la técnica FemtoLasik con láser excímer y láser de femtosegundo.

A través de esta, se realiza un flap del tejido con el láser de femtosegundo, que permite acceder a la capa media de la córnea. A continuación, el láser excímer actúa sobre esta capa para moldearla y corregir así la refracción o graduación del ojo. En este punto es donde el cirujano usa la guía creada inicialmente mediante Contoura Vision, para programar el tratamiento personalizado. De acuerdo a esta, el láser es aplicado en su justa medida para remodelar la córnea, en tan solo 15 segundos por ojo. Finalmente, el flap se vuel-

ve a colocar en su sitio como si se tratara de un apósito natural, sin necesidad de puntos de sutura. De este modo, “queda eliminada la dependencia de gafas o lentes de contacto”, explica el Dr. Salvà.

En el ámbito de la cirugía refractiva existen diversas técnicas láser, a aplicar en función de cada caso específico. En una primera consulta preoperatoria, el oftalmólogo estudiará cada caso de forma personalizada y detallada, a fin de evaluar y determinar el procedimiento más adecuado y que mejor se adapte a cada situación y necesidades.

Más información:
CLÍNICA SALVÀ
Camí de Son Rapinya, 1
971 730 055 - www.clinicasalva.es

Los defectos refractivos

Los defectos refractivos (o ametropías) son alteraciones oculares que impiden el correcto enfoque de las imágenes en la retina.

- 1. La miopía:** Provoca el desenfoque de los objetos que están lejos, impidiendo la correcta visión a largas distancias. Se da cuando el globo ocular es demasiado alargado, o por una excesiva curvatura de la córnea.
- 2. La hipermetropía:** Produce el efecto contrario, ya que imposibilita las tareas “de cerca” (en los casos más graves también afecta a la visión lejana). Suele aparecer en ojos especialmente pequeños o con la córnea muy plana.
- 3. El astigmatismo:** En general aparece junto a la miopía o la hipermetropía. Provoca la borrosidad de objetos tanto cercanos como lejanos, y se debe a una deformación de la córnea.
- 4. La Vista Cansada:** Suele aparecer a partir de los 40 años y se debe al envejecimiento del cristalino, que con el paso de los años pierde su elasticidad y, por tanto, su capacidad de enfoque. En sus primeras fases la vista cansada dificulta la visión cercana, aunque poco a poco afecta también a la intermedia.

ENTREVISTA

JAVIER SANZ. PRESIDENTE REAL CLUB NÁUTICO DE PALMA

“Este club merece quedarse donde está 100 años, como mínimo”

P.- Después de 7 años al frente de la gestión del Real Club Náutico de Palma, a lo largo de los cuales, ha reivindicado la necesidad de marcar un estilo propio en todos los ámbitos de actuación que se encuentran bajo su responsabilidad, ¿qué balance hace del proyecto de apertura que presentó en su candidatura a la presidencia de esta histórica entidad balear?

R.- No soy yo quien debe juzgar mi gestión como presidente, pero creo que el Real Club Náutico de Palma ha vivido unos últimos años muy buenos, tanto en el aspecto social como deportivo. Tenemos más deportistas que nunca y nuestras grandes regatas viven su época dorada, especialmente la Copa del Rey, que es un acontecimiento de proyección mundial. Mi labor como presidente entronca con la de mis predecesores en el cargo. El Real Club Náutico de Palma sentó las bases de su futuro en los años 90 del siglo pasado, bajo la presidencia de Gabriel Barceló. Entonces se implantó una filosofía de gestión, basada en criterios empresariales, que nos ha llevado a afrontar nuestros retos más inmediatos en una situación favorable. En aquel tiempo ya se empezó a trabajar en la renovación de la concesión a la que ahora nos enfrentamos. El club tiene hoy un futuro prometedor gracias a esa visión a largo plazo.

P.- Recientemente ha afirmado con motivo de la conmemoración de los 70 años del club, que es un patrimonio vivo de la ciudad al que le avala una gran historia y al que le espera un futuro ilusionante. Por su dilatada experiencia vinculado a esta institución, ¿cuál ha sido en su opinión el secreto del éxito para mantener intacto el liderazgo y el prestigio deportivo, social e institucional a lo largo de todos estos años?

R.- En la vida no hay fórmulas secretas más allá del trabajo bien planificado. El Real Club Náutico de Palma nació como tal en 1948, pero sus orígenes se remontan a la última década del siglo XIX. Estamos hablando de más de 100 años de historia, de ahí que me guste hablar, como dice, de “patrimonio vivo”. Somos una de las entidades náuticas más importantes de España y creo que el Puerto de Palma, su historia, no se entendería ya sin nosotros, sin nuestras regatas y sin nuestros deportistas. ¿Cómo se ha podido mantener algo durante tanto tiempo? Con el trabajo de muchísima gente, desde el presidente que dirige el club hasta el monitor de la escuela de vela; desde el socio que sale cada fin de semana a na-

vegar con su barco hasta el piragüista que entrena a la seis de la mañana para luego ir al colegio o a trabajar. En este club pasan muchas cosas a diario y todas esas cosas sumadas son las que hacen que estemos vivos, espero que por muchos años más.

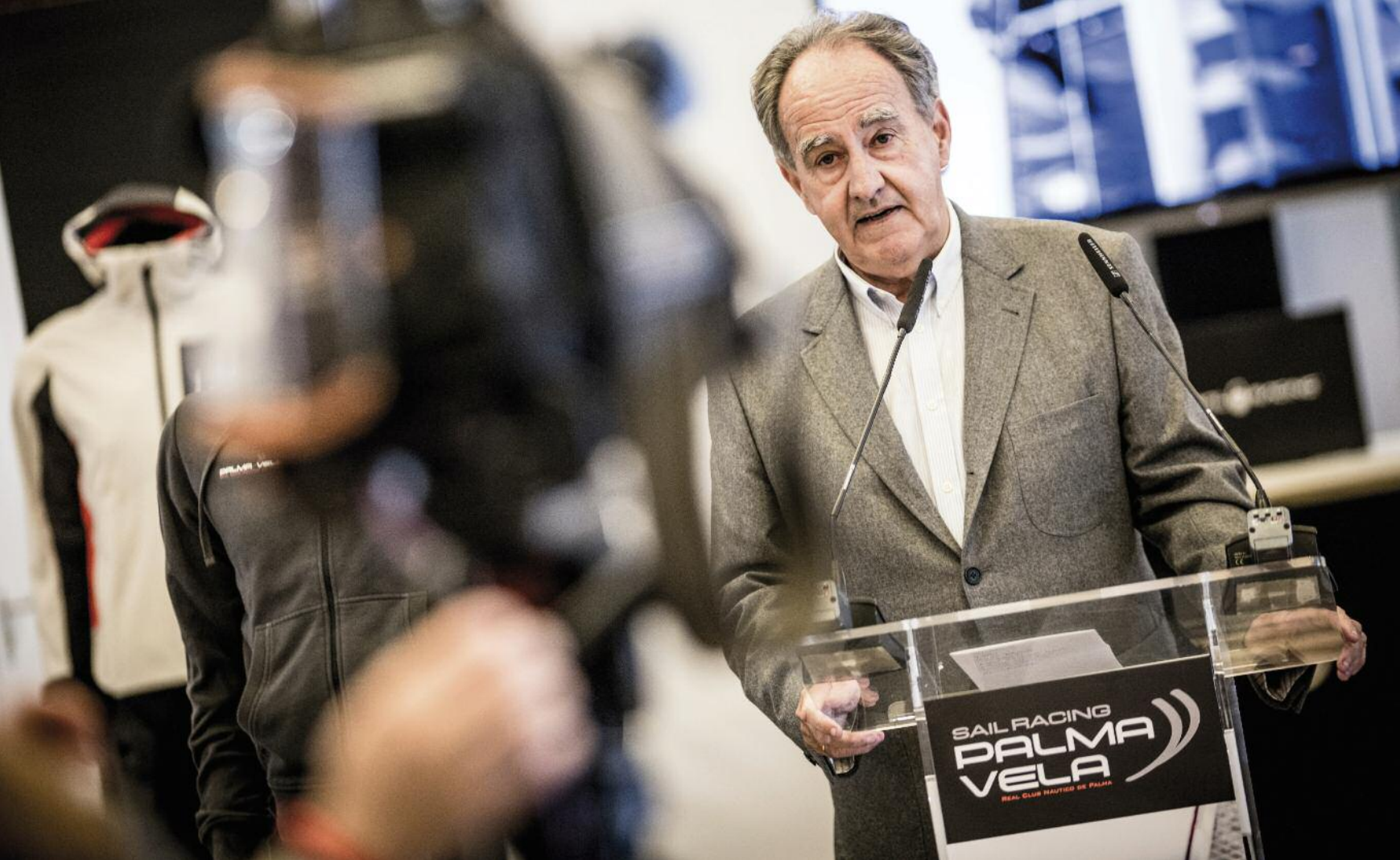
P.- Después del intenso trabajo realizado para que el club siga siendo un activo para la ciudad de Palma y para la isla de Mallorca, ¿cómo valora el impacto económico de su actividad deportiva?

R.- El club cumple, básicamente, dos funciones: una es la de dar servicio a sus socios y usuarios, ya sea en el ámbito social o deportivo; la otra es servir a la ciudad de Palma, de la que formamos parte. La actividad deportiva, especialmente la organización de regatas, tiene un impacto muy positivo para la ciudad. Estamos esperando los resultados de un estudio realizado por la Universidad de las Islas Baleares durante la pasada Copa del Rey, pero estimamos que durante la semana de esta regata generamos un beneficio directo de unos 20 millones para la economía de Mallorca. Entiendo que sólo esto nos convierte en una entidad de interés general, pero es que, además, organizamos otros dos grandes eventos internacionales, la Regata PalmaVela y el Trofeo Ciutat de Palma. Y todo ello sin ánimo de lucro. Todo el beneficio se reinvierte.

P.- “El deporte lo es todo para el Náutico de Palma” y así lo demuestra el hecho de que, cada año, exhibe su capacidad organizadora en la veintena de regatas que acogen sus instalaciones, entre las que se encuentran algunas de las más prestigiosas del mundo. Además de las secciones de vela ligera, vela de crucero o piragüismo, también merece un compromiso especial la vela adaptada. ¿Cuál es la apuesta del club por esta modalidad deportiva?

R.- Vela adaptada, paracanoé y ahora estamos trabajando por acercar el mar a los miembros de la ONCE. Nuestra apuesta por el deporte adaptado está en nuestro ADN, forma parte de nuestra naturaleza deportiva. Somos una plataforma de acceso al mar y el mar es para todos, incluidas las personas con alguna discapacidad. También trabajamos con el Ayuntamiento de Palma para acercar las actividades náuticas a los escolares de la ciudad y a sus familias. Y colaboramos para que jóvenes de familias desestructuradas puedan salir a disfrutar como espectadores de nuestras regatas. Nos encanta hacer estas cosas que forman parte de nuestra función como club.

P.- ¿Qué papel juega la experiencia y el conocimiento de la práctica deportiva, en este caso de la vela, como herramienta de integración social y de superación personal de personas con discapacidad?



R.- Una de nuestras regatistas de vela adaptada, Carmen García, que sufre esclerosis múltiple, asegura que la vela le ayuda física y mentalmente. Yo la veo feliz cuando está en el club y eso me enorgullece. Es curioso, porque al principio de su enfermedad, según cuenta, su neuróloga se mostraba escéptica. No tenía claro que la vela fuera una buena idea. El tiempo ha demostrado que es mucho lo que le aporta a todos los niveles. En el mar se siente libre, se relaja y al mismo tiempo tiene que tomar decisiones. Tenemos personas con otras dolencias, como lesiones medulares, que nos transmiten ese mismo sentimiento. Están agradecidos de que el club los trate como al resto de sus deportistas y nosotros estamos orgullosos de tenerles con nosotros, pues es mucho lo que aprendemos de ellos.

P.- Este tipo de actividades demuestran que la discapacidad no tiene por qué limitar a la persona para el ejercicio del deporte, ni siquiera cuando esta discapacidad es de tipo visual. Este sentido, el RCNP ha demostrado una vez más su compromiso con el valor de la promoción del deporte, en esta ocasión, para las personas ciegas o con deficiencia visual grave. ¿En qué ha consistido y que ha supuesto la colaboración suscrita este año entre el Náutico de Palma y la ONCE en la 37 edición de la Copa del Rey Mapfre?

R.- En efecto, como ya le comentaba antes, tenemos un acuerdo con la ONCE cuyo objetivo principal es acercar el mar a las personas invidentes. De momento hemos realizado un bautismo de

mar para personas con ceguera o dificultades visuales y el próximo desafío es tratar de integrar a algún deportista de la ONCE en nuestros equipos de competición. El RCNP tuvo un socio que demostró que se puede disfrutar del mar siendo ciego. Sinto Bestard, que nos dejó hace unos años, dirigió su propio proyecto de dar la vuelta al mundo y fue uno de los pocos mallorquines que han llegado a la Antártida en una expedición de recreo.

P.- Ante la proximidad del fin de su mandato al frente del RCNP y con el orgullo de haber conducido a este club al lugar que ocupa hoy en día, cumpliendo su misión social y deportiva para la que fue fundado y esquivando las dificultades que trajo consigo la crisis económica, ¿tiene ya previsto cuál será el próximo reto en el que va a embarcarse?

R.- Mi presidencia termina en el mes de octubre de 2019. Habré cumplido dos mandatos de cuatro años y no me puedo presentar a un tercero, pues así lo establecen los estatutos del club. Le puedo decir que estos años han sido muy felices. Es verdad que hubo una crisis muy fuerte, pero, como se dice en nuestro argot, pudimos capearla porque llevábamos el barco bien arranchado y contábamos con una tripulación excelente. En el mar, el mayor reto es dar bien el siguiente bordo. Antes de irme me gustaría dejar bien encaminada la renovación de la concesión. Este club merece quedarse donde está 100 años, como mínimo.

HISTORIAS CON LUZ



El Dr. Luis Salvà Ladaria con su primo, el cardenal Luis Francisco Ladaria Ferrer, durante su nombramiento en la Basílica de San Pedro en el Vaticano.

El jesuita mallorquín Luis Francisco Ladaria Ferrer es nombrado cardenal por el Papa Francisco

SE CONVIERTE EN EL BALEAR CON MAYOR RANGO ECLESIAÍSTICO DE LA HISTORIA DE LA IGLESIA

El jesuita mallorquín Luis Francisco Ladaria Ferrer (Manacor, 1944) ha sido elevado a la dignidad cardenalicia por el Papa Francisco este pasado mes de junio, durante un acto celebrado en la Basílica de San Pedro en el Vaticano.

Su Eminencia Reverendísima Luis Francisco Ladaria ya era prefecto de la Congregación para la Doctrina de la Fe desde el 1 de julio de 2017, y presidente de la Pontificia Comisión “Ecclesia

Dei”, de la Comisión Teológica Internacional, y de la Pontificia Comisión Bíblica.

Este nuevo nombramiento posiciona al arzobispo en uno de los cargos más importantes del Vaticano, constituyendo el quinto cardenal de la historia de Mallorca y el primero de Manacor.

Luis Francisco Ladaria Ferrer: el “número tres” del Vaticano

S. E. R. Ladaria es doctor en Derecho por la Universidad de Madrid y en Teología por la Pontificia Universidad Gregoriana de Roma, donde fue profesor de Teología Dogmática y vicerrector de 1986 a 1994.



Luis Francisco Ladaria junto a parte del equipo de Fundació Bona Llum Oftalmedic.

Investido en 2014 Doctor Honoris Causa por la Universidad Pontificia de Salamanca y por la Universidad Pontificia Comillas, de Madrid, es autor de numerosas publicaciones teológicas como su libro homenaje *La unción de la gloria: en el Espíritu, por Cristo, al Padre*.

Con tan solo 22 años ingresó en la Compañía de Jesús, siendo ordenado sacerdote siete años después, en 1973. En 1992, el papa Juan Pablo II le nombró miembro de la Comisión Teológica Internacional y consultor de la Congregación para la Doctrina de la Fe en 1995. En 2004 fue nombrado Secretario General de la Comisión Teológica Internacional –cargo que ocupó hasta el 2009- y condujo la evaluación de la Comisión sobre el concepto del Limbo a partir de 2006. En 2008, el papa Benedicto XVI lo nombró “número dos” de la

Luis Francisco Ladaria es el único balear que puede elegir –así como ser elegido- Papa de la Iglesia católica

Congregación para la Doctrina de la Fe, recibiendo poco después la ordenación arzobispal. El mismo año también fue nombrado consultor de la Congregación para los Obispos, y, un año después, consultor del Consejo Pontificio para la Unidad de los Cristianos. En 2011 fue designado consultor del Pontificio Consejo para la Pastoral de la Salud.

En 2017 fue nombrado por el Papa Francisco prefecto de la Congregación para la Doctrina de la Fe y presidente de la Pontificia Comisión “Ecclesia Dei”, de la Comisión Teológica Internacional y de la Pontificia Comisión.

Tras anunciarlo públicamente el 20 de mayo de este 2018, el papa Francisco le impuso la birreta cardenalicia el pasado 28 de junio, otorgándole el título diaconal de San Ignacio de Loyola en el Campo de Marte y convirtiéndole en el balear con mayor rango eclesiástico y capacidad de decisión de la historia de la Iglesia.

Ladaria es considerado teológicamente conservador, y se adhiere a un retorno a las fuentes anteriores, las tradiciones y símbolos de la Iglesia.

También tiene una predilección por la patrología y la cristología. Austero y discreto, ha servido fielmente a los tres últimos papas: Juan Pablo II, Benedicto XVI y Francisco. Actualmente, Luis Francisco Ladaria es el único balear que puede elegir –así como ser elegido- papa de la Iglesia católica.

Como presidente del dicasterio más relevante que fija la línea teológica y doctrinal del catolicismo, es hoy el “número tres” del Vaticano, después del Santo Padre y el secretario de Estado.

Homenaje en Manacor

Tras su nombramiento como cardenal, Luis Francisco Ladaria recibió el reconocimiento de su pueblo, Manacor, de la mano de su alcaldesa, Catalina Riera, y de representantes de su Ajuntament. En un sencillo acto, realizado en el interior del Convent, la alcaldesa destacó “la sólida formación y la capacidad de trabajo del cardenal Ladaria que nos llena de orgullo, referentes de nuestro pueblo y de su ámbito”. El obispo de Mallorca, Sebastià Taltavull, también aportó su reconocimiento a la figura del cardenal: “Ladaria ocupa el tercer puesto más importante de la Iglesia Católica y ello supone un gran honor para la Diócesis de Mallorca”.



Fuente de la imagen: www.ultimahora.es

ES NOTICIA

PYME INNOVADORA

Oftalmedic Salvà recibe la calificación de Pyme Innovadora

LA RED DE CENTROS OFTALMOLÓGICOS PASA A FORMAR PARTE DE LAS 30 PYMES BALEARES DISTINGUIDAS CON ESTE SELLO

El Ministerio de Economía y Competitividad ha otorgado a Oftalmedic Salvà el sello de empresa innovadora acreditada, en reconocimiento a los esfuerzos realizados en el ámbito de la innovación científica y tecnológica. De este modo, la red de centros oftalmológicos pasa a formar parte de las 30 pymes baleares distinguidas con este sello.

Esta calificación se otorga a aquellas pequeñas y medianas empresas que, durante los últimos años, han realizado actividades demostrables en el ámbito de la investigación, el desarrollo tecnológico o la innovación tecnológica (I+D+i) y que alcanzan una puntuación mínima con respecto a unos indicadores basados en la European Commission Scoreboard.

El Dr. Luis Salvà Ladaria, director médico de Oftalmedic Salvà, declara que “este reconocimiento premia el compromiso y los esfuerzos que nuestro equipo ha dedicado durante todos estos años a la innovación científica y tecnológica”.

La oftalmología es una de las especialidades médicas que más ha avanzado en los últimos años. En este contexto, los avances tecnológicos y la innovación en los tratamientos farmacológicos han

favorecido la aparición de nuevos medios diagnósticos y técnicas médico-quirúrgicas.

De forma paralela a esta evolución, Oftalmedic Salvà ha ido actualizando el equipamiento tecnológico de sus centros, así como sus procedimientos internos, para ofrecer la mejor respuesta al reto del tratamiento integral de la visión. Pionero en tecnología láser para cirugía de cataratas sin bisturí, cuenta con soluciones quirúrgicas premium para ofrecer el mayor beneficio a sus pacientes y simplificar al máximo su recuperación. Además, ha avanzado también en la personalización de la cirugía refractiva gracias a la reciente incorporación del *software* Contoura Vision, que posibilita la conexión automática de los aparatos de diagnóstico con el sistema láser que realiza el tratamiento.

Esta calificación como Pyme Innovadora, por tanto, responde al objetivo de Oftalmedic Salvà de avanzar hacia la excelencia en la calidad de la práctica médica y asistencial, a través de la innovación y la constante actualización.



PYME INNOVADORA

Válido hasta el 25 de mayo de 2021



Dr. Luis Salvà: “este reconocimiento premia el compromiso y los esfuerzos que nuestro equipo ha dedicado durante todos estos años a la innovación científica y tecnológica”.



Oftalmedic Salvà amplía su equipo médico

EN ESTA OCASIÓN, LO HACE A TRAVÉS DE LA INCORPORACIÓN DEL DR. LUIS GARCÍA PADILLA A LA SECCIÓN DE OFTALMOLOGÍA GENERAL

DR. LUIS GARCÍA PADILLA.

Nº Colegiado: 282868255

Formación académica:

- Licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad Autónoma de México, 2008.
- Médico especialista en Oftalmología por el Hospital General Universitario Gregorio Marañón de Madrid, 2016.
- Máster propio en Medicina Estética y Antienvjecimiento por la Universidad Complutense de Madrid, 2016.

Trayectoria profesional:

- Rotación en la Sección de Cornea y Cirugía Refractiva del Hospital Conde de Valenciana, México.
- Formación continuada:

Ha ejercido como ponente en varios cursos y congresos:

- 89 Congreso de la Sociedad Española de Oftalmología (Santa Cruz de Tenerife, 2013).
- 90 Congreso de la Sociedad Española de Oftalmología (Bilbao, 2014).
- XXXII European Society of Cataract and Refractive Surgeons (Londres, 2014).
- XVII Jornadas de Médicos Residentes Allergan (Córdoba, 2014).

Certificaciones:

- International Council of Ophthalmology (ICO).
- Theoretical Optic and Refraction and Use of Instruments (Barcelona, 2014).
- European Board of Ophthalmology (EBO) (París, 2016).



ES NOTICIA CONGRESOS



Facoelche

El Dr. Luis Salvà, director médico de Oftalmedic Salvà, ejerció de moderador el pasado mes de febrero en la vigésima edición del Congreso de Oftalmología Facoeelche, celebrado en Elche.



Este es un reconocido encuentro que reúne cada año a más de mil especialistas del sector a nivel internacional, y en el cual se abordan las últimas tendencias e innovaciones en el campo de la Oftalmología Facorefractiva.



II Reunión de usuarios EVO Visian ICL

En marzo tuvo lugar la II Reunión de usuarios EVO Visian ICL en Madrid, un encuentro centrado en la formación en lentes ICL al que asistió el Dr. Luis Salvà. El encuentro, organizado por Staar Surgical (Evo Visian), contó con charlas y ponencias de multitud de expertos en lentes ICL, que abordaron temas como el implante de este tipo de lentes en pacientes con casos especiales de ojo seco, queratocono o mayores de 45 años.





Curso ARI-UMH 2018

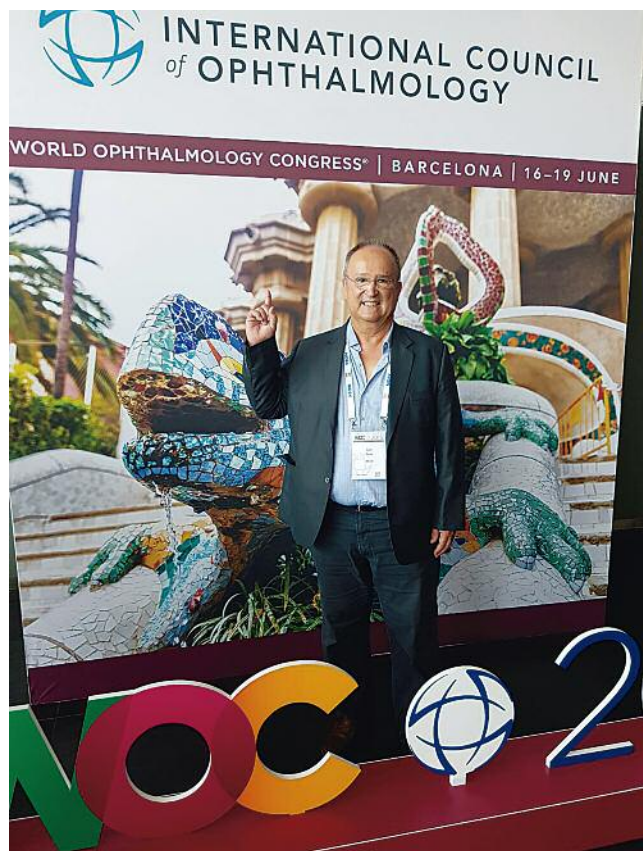
El Dr. Luis Salvà expuso sus conocimientos en el implante de Lentes FEMTIS Comfort en el Curso ARI-UMH 2018, impartido este mes de abril en la Universidad Miguel Hernández de Alicante. El acto formativo, que tenía la intención de introducir al asistente al progreso de la cirugía refractiva, constó de varias presentaciones así como de casos prácticos de cirugía en directo (cirugía microincisional de la catarata, lentes fáquicas, cirugía con láser excímer en casos especiales, lentes multifocales...).



WOC 2018

(World Ophthalmology Congress)

Barcelona acogió en el mes de junio el World Ophthalmology Congress (WOC) 2018, un encuentro organizado por la Sociedad Española de Oftalmología (SEO) y coorganizado por la European Society of Ophthalmology (SOE) y la Sociedad Española de Cirugía Ocular Implanto-Refractiva (SECOIR), al que asistió el Dr. Luis Salvà Ladaria en representación del equipo de expertos de Oftalmológico Salvà. El WOC se celebra en una región diferente cada dos años y proporciona una audiencia internacional de oftalmólogos



con un programa científico que aborda todas las subespecialidades e intereses relacionados con la oftalmología.

GRACIAS, FTALMEDIC SALVÀ



Fundació Bona Llum agradece el apoyo profesional y humano del grupo Oftalmedic Salvà, que ha permitido que sus proyectos solidarios cobren vida.

¡Gracias por ayudarnos a repartir nuevas miradas!

www.fundaciobonallum.org

Reconocimiento de Cruz Roja a Fundació Bona Llum Oftalmedic

Cruz Roja Baleares reconoció la labor de Fundació Bona Llum Oftalmedic, en un acto institucional celebrado el pasado mes de mayo y que reunió a más de 400 personas bajo el lema 'Compromesos amb la infància'.

La entidad premió, además, el trabajo que desarrollan todos sus voluntarios, socios y organizaciones colaboradoras con la entrega de seis medallas de bronce y una de plata.

El encuentro se organizó en el marco de la celebración del Día Mundial de la Cruz Roja, que conmemora el nacimiento de su fundador, Henry Dunant. En esta ocasión, se quiso subrayar el papel "fundamental" que desempeñan la infancia y sus familias en la construcción de una sociedad más inclusiva e igualitaria.

Colaboración con Fundació Bona Llum Oftalmedic

Gracias a un convenio de colaboración entre Cruz Roja Baleares, Fundació Bona Llum Oftalmedic y Endesa, que se firmó en el año 2016, Bona Llum lleva ya dos años prestando atención oftalmológica y optométrica y facilitando, en los casos oportunos, las gafas graduadas que se puedan prescribir a las personas derivadas por Cruz Roja en Mallorca y que no disponen de cobertura médica o de los recursos económicos necesarios para una adecuada atención visual.



Campaña de captación de Cruz Roja: "Necesitamos gente que diga que sí", realizada en las instalaciones de Oftalmedic Salvà.

La Cruz Roja

La Cruz Roja es una Institución Humanitaria de carácter voluntario y de interés público que cree en el respeto y la dignidad de todas las personas, sin discriminar por razones de género, nacionalidad, raza, creencias religiosas u opiniones públicas.

Desde hace más de 144 años en las Islas Baleares trabaja para dar respuesta a las

necesidades de la población, especialmente del colectivo de personas vulnerables, adaptándose siempre a las particularidades de cada época y de su entorno y con la solidaridad como valor guía.

Además de la colaboración con la Fundació Bona Llum Oftalmedic, a través de la cual se realizan revisiones oculares periódicas a los usuarios de la Cruz Roja y se atienden las enfermedades visuales que lo

requieran, durante este verano Oftalmedic Salvà ha querido ayudar a la Cruz Roja a través de la cesión de espacios solidarios que faciliten la puesta en marcha de su campaña: "Necesitamos gente que diga que sí". Una iniciativa que trata de conseguir nuevos socios y colaboradores que quieran ayudar a cambiar las cosas y marcar una gran diferencia en la vida de miles de personas, mejorando su salud, integridad o bienestar.

ES NOTICIA

LA FUNDACIÓN

Fundació Bona Llum Oftalmedic dona 220 gafas a los Campamentos de Refugiados Saharauis

Más de 200 gafas obtenidas a través de la Campaña de recogida y reciclaje de gafas usadas de Fundació Bona Llum Oftalmedic serán entregadas a sus nuevos dueños en los Campamentos de Refugiados Saharauis, para que puedan gozar de una mirada nueva.

En la foto, el fundador de Bona Llum, el Dr. Luis Salvà, y el tesoro de la entidad, Paco Lluís Salas, hacen entrega de las 220 gafas donadas a Mohamed Amar, en representación de Refugiados Saharauis.

Campamentos de Refugiados Saharauis

Los Campamentos de Refugiados Saharauis se establecieron con la huida masiva de la población civil que habitaba el territorio del Sáhara Occidental, tras la firma de los Acuerdos Tripartitos de Madrid en noviembre de 1975, a través de los cuales España cedía la Administración del territorio del Sáhara Occidental a Marruecos y Mauritania. Esto supuso el inicio de un conflicto armado de estos contra el Frente Polisario, que luchaba por la autodeterminación del territorio. Más de 40.000 personas huyeron a la frontera con Argelia. Desde entonces, se estima que casi 165.000 refugiados saharauis conviven en los cinco campos habilitados por los organismos de atención y cooperación.

El éxodo de la mayoría de la población del Sáhara Occidental fue a concentrarse en los Campamentos que encuentran en la región de Tinduf, en el suroeste de Argelia, donde confluyen las fronteras del Sáhara Occidental, Marruecos y Mauritania. Con unas condi-



Dr Luis Salvà, fundador de Bona Llum, Mohamed Amar Ahmed, de Voluntaris de Mallorca, y Paco Lluís Salas, tesorero de Bona Llum.

ciones de vida extremas (terrenos áridos y aislados en medio del desierto, escasos recursos e infraestructuras...) y pocas opciones de futuro, ya son casi dos las generaciones que han crecido en estos Campamentos, viviendo prácticamente gracias a la ayuda humanitaria de organizaciones internacionales.

Fundació Bona Llum Oftalmedic ha querido aportar su granito de arena a través de la adaptación y el envío de 220 gafas graduadas, para ayudar a estas personas a ver la vida con nuevos ojos.

El pasado mes de abril, Elena Palomeque, presidenta de Fundació Bona Llum Oftalmedic, hizo entrega de un optotipo al optometrista Mohamed Amar para esta misma población que se concentra al suroeste de Argelia, con tal de que los profesionales comprometidos con la zona puedan realizar revisiones visuales desde su Dispensario de Optometría



GRACIAS A TODOS NUESTROS COLABORADORES

Desde Fundació Bona Llum Oftalmedic queremos transmitir nuestro profundo agradecimiento a todas las personas y organizaciones que hacen posible nuestra tarea día a día.

A aquellos que colaboran y se involucran en nuestros proyectos, ya sea cediendo sus gafas usadas, a través de donativos, con su trabajo y dedicación, o simplemente difundiendo nuestra labor.

ENTIDADES PATROCINADORAS



ENTIDADES COLABORADORAS



ÓPTICAS COLABORADORAS



RESOL'VEMOS' TUS DUDAS

DRA. BEGOÑA ANDÉRIZ PERNAUT

OFTALMÓLOGA DE OFTALMEDIC SALVÀ

LOS PROFESIONALES DE OFTALMEDIC SALVÀ DAN RESPUESTA A ALGUNAS DE LAS PREGUNTAS QUE CON MÁS FRECUENCIA NOS TRANSMITEN NUESTROS PACIENTES

En esta ocasión, la Dra. Begoña Andériz Pernaut nos habla de los problemas visuales más frecuentes en la edad pediátrica y resuelve las dudas que más suscitan

La doctora Begoña Andériz es licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Navarra y especializada en Oftalmología Pediátrica, Neuro-Oftalmología Infantil y Estrabismos. En la actualidad, combina la labor que desempeña desde hace más de diez años en la Unidad de Oftalmología Pediátrica de Oftalmedic Salvà, con el trabajo en el Departamento de Oftalmología del Hospital Universitario Son Espases.

1. ¿Cuáles son las afecciones visuales más frecuentes entre los niños?

Las afecciones de la visión que con mayor frecuencia se desarrollan durante la infancia son los defectos refractivos (miopía, hipermetropía y astigmatismo), el ojo vago (ambliopía) y el estrabismo. En cualquier caso, las revisiones periódicas con el oftalmólogo son fundamentales para su detección y control, con tal de evitar mayores complicaciones en el futuro.

2. ¿Qué señales me pueden indicar que mi hijo tiene un problema de visión?

Existen algunos síntomas que pueden asociarse a problemas visuales en los niños, y a los cuales los padres y profesores deben estar bien atentos:

- Dificultades en la lectura o en las tareas escolares
- Dolor de cabeza recurrente
- Irritación ocular al leer o escribir que causa escozor, en ocasiones acompañada por lagrimeo o legañas
- Tropezos y cálculo incorrecto de las distancias
- Fotofobia (sensibilidad a la luz)
- El niño frunce el ceño o gira la cabeza para fijar la vista o se acerca demasiado a los libros, pantallas...

Los síntomas mencionados pueden advertirnos, pero no siempre



son fáciles de percibir. Por este motivo, es importante adelantarse a estas señales y realizar revisiones rutinarias a los niños desde sus primeros años de vida, con tal de descartar problemas oculares y, en caso de hallarlos, tratarlos a tiempo. Con esto se evitarán consecuencias como un mal desarrollo visual, impedimentos en el aprendizaje personal o un bajo rendimiento escolar.

3. ¿Cuándo debo llevar a mi hijo a revisión con un oftalmólogo?

Aunque no hayamos advertido ninguna anomalía en el comportamiento de nuestros hijos, es aconsejable revisar su visión:

EDAD	OBJETIVO
En el 1º mes de vida	Para descartar problemas oculares severos y enfermedades congénitas.
A los 6-7 meses	Constituye la etapa de diagnóstico del estrabismo.
A los 18 meses	Se pretende descartar los defectos refractivos (miopía, hipermetropía...) y otras patologías más graves (retinoblastoma...).
Durante toda la edad pediátrica...	Se debe acudir a revisión al menos cada 2 años para una adecuada detección y control de los defectos refractivos, agudeza visual, o afecciones como el ojo vago o el daltonismo.



Para prevenir y hacer frente a las deficiencias oculares de los niños, Oftalmedic Salvà cuenta con un equipo específico de Oftalmología Pediátrica, que combina su amplia experiencia en la asistencia a menores con una puntera dotación tecnológica. Además, Clínica Salvà tiene un área especialmente diseñada para niños, con una sala de espera con juegos para que los pequeños puedan sentirse cómodos antes de entrar en la consulta.

4. ¿Cuándo se define el color de los ojos del bebé?

Generalmente, al nacer el iris presenta un color azul-grisáceo que se va transformando en función de la herencia genética transmitida por los padres, hasta definirse por completo entre los tres y los seis meses.

El color del iris está determinado fundamentalmente por la cantidad de un pigmento llamado melanina, presente en él. Se definen tres colores básicos de los ojos: marrón, verde y azul, ordenados de mayor a menor en función de la cantidad de pigmento presente en el iris, si bien existen muchas variantes entre ellos.

Si se nace con los ojos marrones, como ocurre en la mayoría de recién nacidos de raza negra o asiática, el color marrón tiende a mantenerse.

5. El uso de las nuevas tecnologías, ¿contribuye al desarrollo de miopía entre los más pequeños?

Diversos estudios relacionan el tiempo de exposición a las nuevas tecnologías con el desarrollo de miopía en los ojos de los más pequeños de la casa.

De hecho, actualmente un 25% de la población padece miopía, pero se estima que en 2050 esta cifra se extienda hasta el 50%.

Además, la miopía está aumentando entre los adolescentes, y cada año aparece a edades más tempranas.

Esto se debe, entre otros factores, a que los niños pasan cada vez más tiempo encerrados en una habitación, frente a una pantalla de ordenador, tableta o móvil, forzando su vista a una distancia cercana, en ocasiones durante horas. Hace unos años los niños salían más a la calle y cambiaban más a menudo su distancia de enfoque (entre largas y cortas distancias), con lo cual su vista se relajaba y desarrollaba con normalidad. Actualmente, existen investigaciones que afirman que los niños que viven en zonas urbanas tienen un mayor índice de miopía que aquellos que residen en medios rurales y pasan más horas al aire libre.

Por tanto, de acuerdo a las estimaciones más recientes, se podría decir que el “mal uso” —o el “abuso”— de las tecnologías parece que sí está contribuyendo al incremento de la miopía entre los niños.



CONSEJOS

PRESUME DE SALUD VISUAL

LOS EXPERTOS DE OFTALMEDIC SALVÀ
OFRECEN ALGUNOS CONSEJOS COTIDIANOS
PARA QUE PUEDAS PRESUMIR DE SALUD
VISUAL

El color de los cristales, también importa

A la hora de elegir unas gafas de sol, además de verificar la calidad de la lente solar, debemos tener en cuenta el color de sus cristales y elegir el más adecuado a nuestras necesidades.

- **Marrón:** aporta la máxima protección y es con el que tenemos mejor contraste, aunque altera los colores. Este es aconsejable para deportes de montaña.
- **Gris:** es el que menos filtra pero el más cómodo de llevar, porque es el que menos distorsiona los colores. Es ideal para la conducción y para exposiciones prolongadas al sol (aunque no extremas).
- **Verde:** altera muy poco los colores y es recomendable para cualquier actividad.
- **Amarillo:** mejora el contraste y se aconseja para algunos deportes como el esquí o el tiro.



- **Rojo:** es un color incómodo al uso, pero es idóneo para personas con ciertas patologías oculares.
- **Rosado:** es excelente en situaciones de baja iluminación, para días grises.



¿Usuario de lentillas? ¡Extrema la higiene!

Las lentes de contacto deben cuidarse y limpiarse con extrema pulcritud. Sigue siempre los pasos indicados por tu especialista, límpialas con un producto adecuado e intenta dar un descanso a tus ojos de algunas horas al día y, al menos, un día a la semana. Nunca te bañes con las lentillas, ni las mojes con agua y evita dormir con ellas (si no están destinadas a ello).



Más horas al aire libre, menos miopía

El tiempo que pasan los niños al aire libre podría estar directamente relacionado con el desarrollo de la miopía en los mismos. De hecho, la miopía cada vez aparece a edades más tempranas. Esto se debe, entre otros factores, a que los niños pasan cada vez más tiempo encerrados en una habitación, frente a una pantalla de ordenador, tableta o móvil, forzando su vista a una distancia cercana, en ocasiones durante horas. Hace unos años los niños salían más a la calle y cambiaban más a menudo su distancia de enfoque (entre largas y cortas distancias), con lo cual su vista se relajaba y desarrollaba con normalidad. Actualmente, las investigaciones revelan que los niños que viven en zonas urbanas tienen un mayor índice de miopía que aquellos que residen en medios rurales y pasan más horas al aire libre.



Revisiones oculares desde la más tierna infancia

Las revisiones oftalmológicas completas son fundamentales para detectar posibles problemas de visión en los niños y evitar que estos supongan un menoscabo en su educación o en su desarrollo personal. En los primeros años de vida, las revisiones ayudan a descartar defectos refractivos y patologías, que a largo plazo podrían ser irreparables. Hasta los 8 años el ojo no ha madurado por completo, por ello los años previos constituyen una etapa clave para detectar y solucionar los posibles problemas visuales.

Hidrata siempre tus ojos

Igual que la piel, los ojos también necesitan hidratación. Para ello contamos con las lágrimas artificiales, que ayudan a mantener la correcta lubricación de la superficie ocular y son grandes aliadas en los casos de ojo seco, alergias, o tras el uso continuado de las pantallas.

Para evitar la sequedad ocular, también es aconsejable huir de los ambientes muy secos, cerrados o con humo, y del viento o aire directo. Es también importante mantener una buena higiene ocular, realizar parpadeos frecuentes y hacer buen uso de las gafas de sol.



CIRUGÍA PLÁSTICA OCULAR

Rejuvenece tu mirada

Pon **tus ojos en las mejores manos** y acaba con las bolsas, las patas de gallo o los párpados caídos.



CLÍNICA SALVÀ

Camí de Son Rapinya nº 1 (Palma)

Telf. 971 730 055

Red Asistencial Juaneda

www.oftalmedic.com

LASERCLINIC

Rambla Rei Jaume I nº 6 (Manacor)

Telf. 971 844 844

www.laserclinic.es

FTALMEDIC
SALVÀ

Tus ojos en las mejores manos